Plaisirs de Femmes

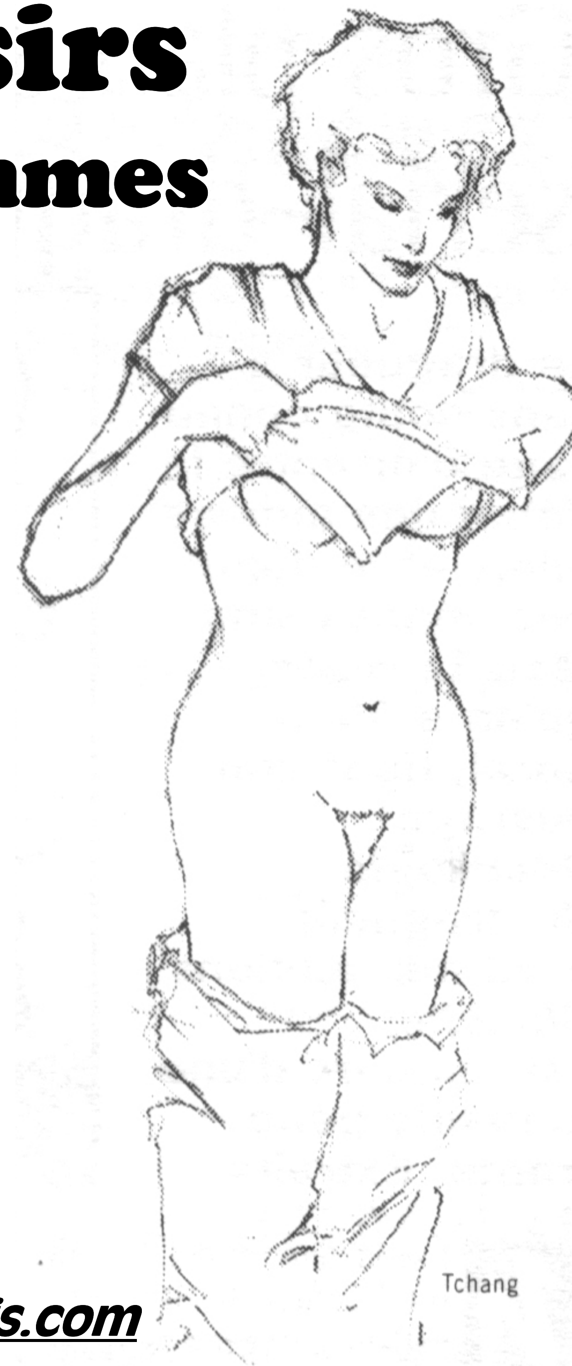


Les moments érotiques les plus intenses abolissent toutes les règles, toutes les certitudes et tous les paradigmes. Seul importe alors l'immédiat - la personne qui s'expose à notre regard et à nos caresses. Pour peu que l'on pratique l'anarchie assez longtemps, celle-ci se transforme en mode de vie. Les moments les plus intimes et les plus politiques de notre vie nous frappent toujours avec la force d'un coup. Ils nous laissent pantelants, assomés par la violence de leur délicieuse vérité.

Sallie Tisdale - Parlons Cul (ed. Dagorno)

clitoris.com

Plaisirs de Femmes



clitoris.com

simplement besoin d'une légère lubrification préalable de leur anus ainsi que du pénis de leur partenaire. Et c'est souvent le cas lorsqu'il s'agit d'une pratique sexuelle régulière. Si vous réservez la sodomie à des occasions spéciales, c'est bien, tant que vous n'éprouvez pas le besoin de passer plus de temps à préparer votre corps.

Les femmes peuvent stimuler leur anus en se masturbant. Cela est autant valable pour les femmes célibataires que pour celles qui vivent en couple. La stimulation anale peut intensifier la masturbation et les orgasmes. Chez certaines femmes, la stimulation anale leur permet d'expérimenter l'orgasme lors de la masturbation. Vous pouvez insérez dans l'anus un ou plusieurs doigts, un gode ou un butt plug. Les femmes qui veulent surprendre leur partenaire avec la sodomie et les caresses anales devraient y préparer leur corps. Si une femme éprouve du plaisir lorsqu'elle se stimule l'anus en se masturbant, elle éprouvera probablement plus de plaisir si son/sa partenaire s'en occupe.

Pour les lesbiennes et les femmes qui voudraient pénétrer leur partenaire, il faudra un harnais et un gode de bonne qualité. Les gadgets bon marché ne font pas l'affaire. Il vous faut un harnais qui maintienne votre gode tout en vous permettant d'avoir les mains libres. Votre gode doit faire partie de vous (au niveau de l'apparence et des sensations) et non pas pendouiller. Vous devriez le considérer comme votre pénis, même si vous êtes une femme complètement féminine. La base du gode devrait presser et frotter contre votre clitoris. Achetez un gode de qualité en silicone. Trouvez la taille qui vous convienne ainsi qu'à votre partenaire. Si vous ne savez par quelle taille commencer, prenez la plus petite, 2 à 3 cm de largeur. Essayez le harnais et le gode avant d'avoir un rapport sexuel anal ou vaginal. Mettez du gel et masturbez-vous ; découvrez les sensations offertes par ce pénis. Découvrez la fellation.



Beaucoup de femmes apprécieront d'être la "pénétrante" en portant un gode. Elles pourront changer de rôle, leur partenaire étant alors la personne "réceptive". Elles ne tireront pas de plaisir sexuel physique de cet acte, même s'il est possible qu'elles parviennent à l'orgasme, mais plutôt une jouissance psychologique liée à l'inversion des rôles. Les hommes peuvent également apprendre à aimer la sodomie et les caresses anales. Un anus est un anus, peut importe qu'il soit proche d'un clitoris ou d'un pénis. Les femmes peuvent initier leur partenaires à la sexualité anale en stimulant l'anus pendant une fellation. Une fois qu'un homme est à l'aise avec les stimulations anales, il devient possible de s'amuser avec un harnais et un gode. Pour ma part, je pense qu'aucun homme n'a le droit d'exiger de sodomiser sa partenaire s'il n'est pas lui-même prêt à être sodomisé.

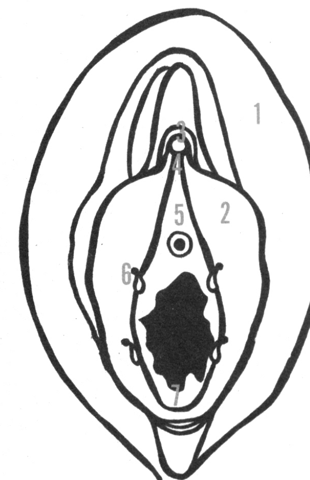
d'apprécier les petits modèles, elle pourra passer aux moyens ; il est parfois préférable d'utiliser le petit modèle pour faciliter l'accès au moyen. Allez-y doucement et amusez-vous. Ne vous fixez pas de buts précis.

Pour vous préparer à la sodomie, vous voudrez peut-être un gode de la même taille que votre pénis, si vous êtes un homme ; les lesbiennes peuvent choisir un gode de n'importe qu'elle taille qui aille sur leur harnais. En utilisant un gode, cela vous procurera une plus grande maîtrise de la pression exercée sur l'anus lors de la pénétration, et un plus grand contrôle de vos mouvements. Choisissez en un plutôt large à la base de sorte qu'il évite de glisser. Les godes en silicone sont sans doute les plus chers, mais les meilleurs. Commencez d'abord par élargir son anus à l'aide de vos doigts et d'un butt plug, puis enfoncez doucement et délicatement le gode. D'abord, laissez-la s'habituer à la dilatation. Le gode devrait avoir une base large afin que son anus soit toujours bien dilaté. Ceci lui procurera des sensations intenses. Laissez-la s'habituer à une dilatation constante et croissante. Une fois qu'elle est relaxée, faites aller et venir doucement le gode au début. Laissez-la ensuite guider vos mouvements. Comme toujours, assurez-vous de la faire jouir.

Avant de se mettre à la sodomie, elle devra être suffisamment accoutumée à la pénétration anale et ne plus avoir d'appréhension. Elle ne devrait éprouver aucune crainte d'avoir mal, et apprécier l'idée que votre pénis rentre dans son anus. Occupez-vous d'abord de son anus avec vos doigts ou les butt plugs. Allez-y doucement. Consacrez une journée ou une soirée entière pour cette occasion. Lorsque votre pénis rentre, elle doit pouvoir contrôler la profondeur de pénétration, ainsi que les mouvements de votre corps. C'est pourquoi elle doit être sur vous, en levrette, ou allongée sur le côté, les genoux repliés. Elle devra s'appuyer ou s'enfoncer sur votre pénis. Il lui faudra alors être ouverte et réceptive à votre pénis, pendant que vous poussez pour le faire rentrer. Une fois que le gland est entré, laissez la faire une pause et se relaxer durant quelques instants, afin qu'elle s'habitue à la dilatation ; et qu'elle sente la chaleur de votre corps. Une fois qu'elle se sent à l'aise, elle pourra recevoir en elle l'intégralité de votre pénis, et encore une fois elle devra faire une pause et se relaxer. Dès qu'elle est prête, elle peut soit rester tranquille, soit commencer à bouger doucement de bas en haut ou en va-et-vient. Faites doucement, les sensations peuvent être très intenses. Il peut s'avérer utile qu'en même temps l'un d'entre vous masse son clitoris ou ses seins. Amenez la à l'orgasme avant la pénétration, cela l'aidera à se relaxer, et à être plus réceptive. Une fois en elle, amenez-la à nouveau à l'orgasme.

Comme toujours, la pratique s'avère nécessaire. Si vous voulez que le sexe anal deviennent un aspect agréable de votre sexualité, il vous faudra passer du temps à vous y préparer, et à vous y engager. Si vous ne pratiquez pas au moins une fois par semaine, il est plus difficile de s'habituer aux sensations, et de préparer l'anus à la pénétration. Si vous ne pratiquez pas souvent, vous aurez besoin de plus longues périodes. Le mieux est de s'y consacrer pendant au moins 15 minutes, deux fois dans la semaine, ou deux heures par mois. Avec de la pratique vous verrez qu'il ne sera plus nécessaire de se préparer longuement avant la sodomie, sauf pour le plaisir. Certaines pratiquantes confirmées ont

Plaisirs de Femmes



1. grande lèvre ; **2.** petite lèvre ; **3.** clitoris ; **4.** fraenum ; **5.** orifice de l'urêtre ; **6.** sécrétion lubrifiante ; **7.** hymen

Clitoris Editions

Trop longtemps, le corps de la femme n'a servi que le plaisir de l'homme, et la besogne reproductrice. Le plaisir féminin étant depuis peu reconnu, il demeure cependant quasi inaccessible à beaucoup de femmes, fautes d'informations, de communication et de véritable libération sexuelle.

Lancez-vous dans de nouvelles découvertes et expériences grâce à ces quelques textes, écrits par des femmes pour des femmes. Et si vous avez des partenaires masculins, n'hésitez pas à leur faire partager vos connaissances, comme ça tout le monde en profitera !!

La Masturbation



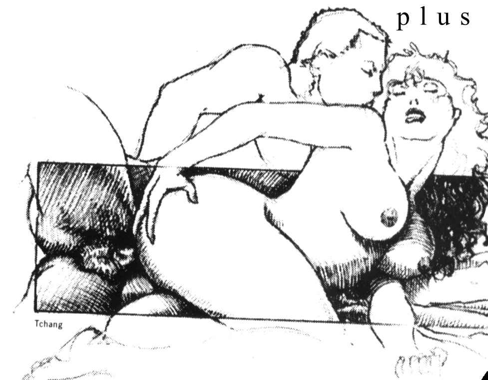
La masturbation offre aux femmes l'opportunité d'explorer leur corps en même temps qu'un haut degré de liberté sexuelle. Cela permet aux femmes de faire l'expérience du plaisir sexuel sans compter sur un(e) partenaire, et de relâcher une tension sexuelle quand elles en ressentent le besoin. La masturbation peut donner de l'assurance aux femmes. Elle constitue un très bon outil d'apprentissage, et leur fait découvrir leur corps, autant qu'elle répond à la stimulation sexuelle. Pour bon nombre de femmes, la masturbation est un moyen essentiel ou unique d'avoir d'un orgasme. Beaucoup de femmes connaissent un orgasme plus intense en se masturbant. La masturbation est la première et la plus importante technique sexuelle qu'une femme devrait apprendre, car c'est la clé pour apprécier les autres formes d'activités sexuelles. Idéalement, cette technique est antérieure à l'âge de cinq ans, mais très souvent aussi, les femmes ne l'apprennent que tardivement dans leur adolescence ou vers le début de la vingtaine.

Il y a une infinité de façons de se masturber pour les femmes et les filles. En général, les méthodes consistent à masser le clitoris avec les mains ou les doigts, frotter la vulve contre les oreillers, draps, peluches, et meubles, jet de douche, vibromasseur, et godemiché. Le vagin paraît jouer un rôle limité dans les pratiques de masturbation des femmes, mais la pénétration vaginale n'est certainement pas rare ou inhabituelle. Certaines femmes emploient la stimulation anale et/ou de la poitrine en plus de la stimulation du clitoris.

Il est important de comprendre qu'il n'y a pas de façon "correcte" ou "juste"

l'orgasme. Une fois que l'anus est dilaté sans qu'elle en souffre, faites allez et venir délicatement votre doigt. Ecartez délicatement son anus en tirant sur son anneau vers l'extérieur. Dès qu'elle se sent bien avec un seul doigt inséré, essayez d'en rentrer un second. Procédez toujours doucement et délicatement et assurez-vous qu'elle reste toujours bien détendue.

Après avoir inséré deux doigts, elle pourrait vouloir utiliser des "butt plugs" pour faciliter une dilatation plus importante. Les butt plugs sont des godemichés effilés avec une base élargie. Le profilage permet une dilatation lente de l'anus. La base élargie l'empêche de glisser à l'intérieur du rectum. Vous ne devriez jamais insérez d'objets sans base élargie, car le rectum peut attirer les objets à l'intérieur, et il devient difficile de les faire ressortir. Nécessitant parfois une visite gênante chez le médecin ou le proctologue. Les butt plugs se présentent sous différentes tailles et largeurs, allant de celles d'un doigt fin, à celles d'un large poing. Pour la plupart des gens, les petites et moyennes tailles font l'affaire. pour les femmes aimant les sensations intenses que provoque l'insertion d'objets de grosses tailles, le ciel est la limite. Les godemichés en silicone sont très biens s'ils sont lisses, flexibles, et faciles à nettoyer. Ils sont plus chers, mais durent plus



longtemps ! C'est également une bonne idée de mettre un préservatif sur le godemiché ou sur le butt plug ; cela facilitera son nettoyage, et protégera les gadgets qui ne sont pas en silicone.

Pour utiliser un butt plug, massez et dilatez délicatement l'anus à l'aide d'un ou plusieurs doigts. Une fois que vous pouvez insérer un ou plusieurs doigts sans causer de douleur, placez le butt plug contre l'ouverture de l'anus, et appuyez délicatement avec un doigt par petits coups. Puis laissez son anus repousser le butt plug. Enfoncez-le à nouveau, toujours délicatement. Utilisez un seul doigt pour ne pas presser trop fort sur le but plug. Recommencez jusqu'à ce que vous enfonciez un peu plus le butt plug à chaque fois, si son anus le permet. Essayez de caresser son clitoris en même temps. Avec de la patience, le butt plug finira par glisser entièrement à l'intérieur et y restera grâce à sa base fine. Mais les petits restent moins que les gros, parce que leur base est presque aussi grosse en diamètre que la partie effilée. Une fois que le butt plug est bien rentré, laissez-le dedans, et faites l'amour. Un cunnilingus ou un rapport vaginal suivant ce qu'elle désire. Le plus important est qu'elle atteigne l'orgasme. Elle doit pouvoir éprouver le plaisir d'avoir quelque chose dans l'anus lors de l'orgasme. Ensuite vous pourrez commencer à faire aller et venir le butt plug, en stimulant son anus. Si elle se sent à l'aise avec le butt plug, elle peut le garder 15 à 20 minutes afin de dilater l'anus après avoir fait l'amour. Beaucoup de femmes apprécie ce corps étranger dans leur anus. Il est tout à fait possible de le garder un certain moment, du moins tant que cela ne la gène pas. Retirez doucement le butt plug en le faisant glisser, puis lavez-le pour la prochaine fois. Une fois qu'elle aura fini

voulez pas entrer en contact avec les excréments, insérez délicatement un doigt lubrifié dans l'anus et vérifiez qu'il n'y ait plus de matière fécale. Si vous préférez, vous pouvez également mettre des gants en latex. Si vous n'en avez pas, vous pouvez pratiquer un lavement à l'eau chaude. Faites attention de ne pas administrer trop d'eau parce que cela pourrait entraîner des troubles dans l'estomac, et un accident qui surviendrait plus tard vous couperait votre désir mutuel. Un verre d'eau suffit pour nettoyer le rectum. Les lotion achetées dans le commerce ne conviennent pas dans le cadre d'un acte sexuel, car elles sont trop fortes et irritantes ; il vaut mieux utiliser de l'eau pure. Lorsque les deux partenaires se sentent propres et préparés, ils doivent trouver un endroit confortable pour se relaxer et explorer leurs corps.

La première étape consiste à pratiquer le massage anal. Généralement, lorsque l'anus est caressé pour la première fois, il se contracte, pour interdire toute entrée. Il faut donc relaxer les muscles de l'anus avant d'y insérer quoique ce soit. Beaucoup de personnes se sentent mal à l'aise lorsqu'on touche leur anus, et ont besoin de temps pour apprendre à se relaxer et à y prendre plaisir. Il faut tout d'abord lubrifier l'anus avec un lubrifiant à base d'eau, ou avec de la salive. Massez délicatement l'anneau de l'anus avec des mouvements circulaires. Poussez délicatement sur l'anneau, mais ne rentrez pas dans l'anus. Vous devriez bientôt sentir les muscles se relaxer et l'anus s'ouvrir. Il s'avère généralement utile de pratiquer le massage anal tout en caressant la vulve ou en faisant un cunnilingus. Le massage anal peut augmenter le plaisir du cunnilingus et du massage vaginal, et surtout l'excitation et le plaisir sexuels peuvent distraire la femme et éviter qu'elle ne focalise sur la stimulation anale. Il est nécessaire pour les deux partenaires d'être relaxés et à l'aise. Si vous êtes tendus ou pressés, ça ne marchera pas. Cela peut prendre plusieurs heures, ou plusieurs semaines avant qu'une femme n'éprouve du plaisir de caresses anales. Allez y doucement.

Une fois qu'elle est accoutumée à la stimulation anale, et lorsque son anus est relaxé, détendu, vous pouvez commencer l'exploration par la pénétration anale. L'anus et le rectum sont des endroits très délicats, alors assurez-vous d'y insérer uniquement des objets lisses dénués d'extrémités blessantes. Coupez et limez vos ongles. Vos doigts rentreront mieux si vous portez des gants en latex. Massez l'anneau de l'anus et attendez qu'il se relaxe et s'ouvre. Une fois que c'est fait, commencez à rentrer légèrement le bout d'un seul doigt dans l'anus. Si vous sentez qu'il se resserre, arrêtez, retirez votre doigt et recommencez le massage anal durant quelques minutes. Une fois que son anus est à nouveau relaxé, insérez doucement votre doigt. Allez-y doucement et n'essayez pas d'enfoncer votre doigt en entier au début. En fait, seule une petite partie de votre doigt peut entrer avant que l'anus ne se resserre. Si vous allez trop vite, cela peut être trop douloureux, ce qui mettra un terme à votre exploration du sexe anal. La femme peut également apprendre à sentir lorsque son anus est tendu et parvenir à le relaxer. Elle peut aussi pratiquer les exercices de Kegel lorsque son partenaire vient d'insérer son doigt dans l'anus. Ceci s'avérera également pratique si de plus gros objets sont insérés.

Pour commencer, insérez votre doigt sans le faire trop bouger. Il faut juste qu'elle s'habitue à avoir une présence dans son anus. Elle appréciera probablement d'avoir quelque chose dans l'anus au moment de

de se masturber. Certaines femmes pensent qu'elles devraient être capable de se masturber jusqu'à l'orgasme en utilisant une méthode différente ou plus correcte parce qu'elles entendent souvent d'autres femmes le faire de telle manière. Il est important de garder en tête que l'anatomie de chaque femme est différente et que son fonctionnement psychologique l'est encore plus. Ce qui fait que chaque femme se masturbe différemment, même si chacune utilise la même technique de base. Bien que certaines femmes puissent se masturber jusqu'à l'orgasme en employant plusieurs techniques différentes, d'autres trouvent qu'elles peuvent atteindre l'orgasme seulement en utilisant la même méthode à chaque fois. Il n'y a rien de faux. En partie à cause du conditionnement et aussi à cause des différences entre les corps des femmes, apprendre de nouvelles techniques peut s'avérer difficile, voire impossible. Si vous avez des orgasmes grâce à votre technique actuelle, n'hésitez pas à en essayer d'autres, mais ne pensez pas que vous devez atteindre l'orgasme par d'autres façons. N'oubliez pas que la masturbation est supposée être divertissante et plaisante, peu importe la technique.

Il y a beaucoup de femmes qui se masturbent pour de mauvaises raisons, ce qui fait qu'elles ne se masturbent pas aussi souvent qu'elles le pourraient, le devraient, ou le feraient.

Les femmes utilisent souvent le mot "besoin" pour décrire leur habitude de masturbation. Certaines femmes disent, "j'ai besoin de me masturber chaque semaine" ou "j'ai besoin de me masturber tous les jours." En disant qu'elles ont "besoin" de se masturber, elles essaient inconsciemment de justifier la fréquence de leur masturbation. Si elles ne voulaient pas le faire, elles ne le feraient pas, du moins pas aussi souvent. Elles laissent entendre qu'elles n'ont pas le choix. Une femme qui se masturbe avec plaisir dira plus probablement "j'aime me masturber tous les jours" ou "je me masturbe une fois par semaine."

Les autres femmes disent "j'ai seulement besoin de me masturber une fois par mois" ou "je n'ai pas besoin de me masturber très souvent". Ces femmes disent inconsciemment qu'elles préféreraient ne pas se masturber du tout, ou qu'elles le font parfois en dernier recours. Une femme qui se sent à l'aise en se masturbant n'évitera pas la masturbation. Elle ne renoncera pas longtemps à la masturbation si elle sent qu'elle doit absolument le faire ou que ça l'amènera à la frustration sexuelle. En utilisant le mot "besoin" pour décrire leur habitude de masturbation, les femmes disent qu'elles trouvent que c'est quelque chose de peu approprié, même si elles se masturbent fréquemment.

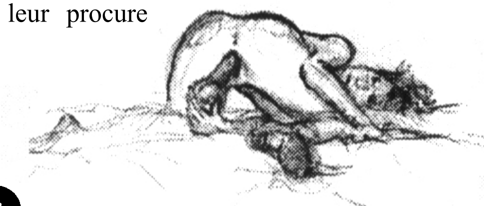
Malgré la révolution sexuelle, la masturbation sexuelle est toujours taboue. Bien que des chansons populaires, films et émissions télé fassent allusion à la masturbation féminine, ou à l'utilisation de vibromasseurs, c'est un sujet de conversation peu commun. Lorsque Madonna caresse ses parties génitales sur scène, c'est plus vu comme une attitude obscène que l'exposition d'un acte sexuel normal au public. Du point de vue de mon expérience, hommes et femmes font plus probablement allusion aux garçons et aux hommes qui se masturbent qu'aux filles et aux femmes. C'est en partie en raison du manque de mots argotiques pour décrire la masturbation féminine. Il paraît normal que les hommes et les garçons se

masturbent, mais pour les filles et les femmes, bien qu'il soit communément accepté qu'elles le fassent, on ne s'attend pas à ce qu'elles le fassent. Si une femmes ne sait pas que ses amies se masturbent et que ces dernières supposent qu'elle le fait, il sera moins probable qu'elle le fasse, ou si elle le fait, elle s'en sentira coupable. Même s'il est acceptable de faire quelque chose, les gens seront moins enclin à le faire s'ils ignorent que leurs amis le font. Bien que les femmes n'en parlent généralement pas, on présume qu'elles ne se masturbent pas.

Il y a encore une stigmatisation sociale très négative sur la "femme célibataire". Je sais que la majorité des femmes refuse de se rendre seule à un événement public. Combien de fois voyez-vous une femme seule au restaurant, au cinéma, ou au théâtre, comparé à un homme seul ? C'est "bien" d'être célibataire, mais tout le monde préférerait vous voir avec un partenaire. Il est socialement acceptable d'être un homme célibataire, mais ça l'est moins d'être une femme célibataire. De plus, si une femme a un partenaire, la plupart des gens sentent qu'il ne devrait y avoir aucune raison qu'elle se masturbe puisque son partenaire serait sensé combler tous ses besoins sexuels. Bien qu'il y ait peu de femmes célibataires, et seulement des femmes célibataires qui aient besoin de se masturber, il n'y a pas beaucoup de femmes qui se masturbent. Bien que cela soit difficilement croyable, cela donne les hypothèses qui expliqueraient pourquoi certaines femmes ne se masturbent pas. Elles ne le font pas, car elles pensent que si elles ont un partenaire, elles n'ont pas à le faire, ou si elles sont seules, le fait de se masturber confirmerait leur statut de célibataire. Si elles n'étaient pas seules, elles n'auraient pas à se masturber. Ainsi, au lieu de se masturber, elles recherchent un partenaire. Ce qui a pour résultat beaucoup d'unions malheureuses et de femmes insatisfaites sexuellement.

Bien que la masturbation soit vue comme une activité en "solo", certaines femmes et leurs partenaires ne trouvent pas cela inapproprié pour eux. Se masturber alors que vous avez un partenaire est vu comme une forme d'adultère. Plus encore, si vous avez un partenaire, on pense que vos activités sexuelles avec lui doivent satisfaire tous vos besoins sexuels. Bien que ce soit un bel idéal, dans la vie réelle, la plupart des besoins sexuels des femmes ne sont pas satisfait pleinement par leur partenaire, peu importe combien le partenaire est bon et amoureux. Pour les femmes qui ont des partenaires, il est important qu'elles comprennent qu'il est parfaitement normal pour elles de se masturber, et qu'elles devraient le faire sans sentiment de culpabilité.

Pour beaucoup, si ce n'est pour la plupart des femmes, la fréquence à laquelle elles se masturbent ne devrait pas changer lorsqu'elles sortent de leur célibat. Certaines femmes trouvent qu'elles se masturbent plus lorsqu'elles ont un partenaire, parce qu'avoir un partenaire sexuel les fait se sentir plus sexuelles, et augmente leur désir de sexe et de plaisir sexuel. La masturbation n'est pas seulement une activité sexuelle pour s'occuper lorsque vous êtes seule. C'est aussi un moyen de partager le plaisir avec votre partenaire. Il apparaît que beaucoup de gens aiment regarder leur partenaire se donner du plaisir, et cela leur procure



plus jeune âge que notre anus est très sale et malsain. On nous inculque de mauvaises idées sur la défécation. Nos parents étaient pressés de nous voir autonomes aux toilettes pour ne plus avoir à enlever nos couches sales. En tant qu'adultes, nous avons beaucoup de mal à toucher notre anus, ou à laisser quelqu'un le faire. La plupart des gens ont peur d'entrer en contact avec leurs excréments ou ceux de leur partenaire. Alors que le rectum peut héberger de vilaines bêtes, les bactéries normales qui s'y trouvent ne présentent aucun risque pour nous tant que nous sommes en bonne santé et que nous avons une bonne hygiène. Nous pouvons aussi être infectés par le SIDA ou des hépatites par un partenaire déjà contaminé, c'est pourquoi il est nécessaire de pratiquer le safe sex.

En dépit de nombreux sentiments négatifs envers l'anus, beaucoup de gens trouvent que leur anus leur procure des sensations plaisantes et agréables lorsqu'on le touche ou on le caresse. Bien que cela semble pervers, nous sommes nombreux à apprécier les sensations de la défécation. Combien d'entre-nous éprouvent un soulagement après avoir déféqué ? Dans leur enfance, beaucoup d'hommes et de femmes appréciaient de toucher leur anus et d'y insérer des choses. Les enfants sont très curieux ; ils ne font aucune différence entre l'exploration de leur anus ou de leur nez. Une fille aura conscience de son anus plus rapidement que de son vagin puisqu'elle l'utilise quotidiennement. L'anus possède énormément de terminaisons nerveuses ; il n'est pas étonnant qu'autant de gens, peut-être secrètement, trouvent agréable la stimulation anale. Parfois la préoccupation de nos parents pour l'hygiène peut avoir pour résultat de provoquer en nous une fixation anale.

Bien que l'anus soient souvent sensible à la stimulation sexuelle, il n'est pas destiné à recevoir quoi que ce soit. C'est une sortie. Il ne se lubrifie pas comme le vagin, et il peut se contracter violemment en causant de douloureux spasmes musculaires lorsque quelque chose y est inséré. D'où la nécessité de beaucoup de lubrifiant et de patience. La lubrification permet aux choses de rentrer sans irriter le délicat canal anal et le tissu rectal. La patience est nécessaire car la plupart du temps les muscles de l'anus doivent être délicatement préparés à ne pas se contracter lorsque quelque chose rentre au lieu de sortir. Même si l'anus peut laisser rapidement entrer un doigt ou un pénis en érection, il subira rapidement une douleur intense lorsque le corps tentera de chasser l'intrus, puisque telle est sa fonction. Tout comme le haut-le-coeur provoqué par la tentative d'insertion de choses dans la gorge. Alors prévoyez du gel et du temps si vous voulez expérimenter le sexe anal et la sodomie de façon plaisante.

Il n'est pas toujours facile pour quelqu'un de se sentir à l'aise en touchant son anus ou celui de son/sa partenaire s'il semble sale. Les femmes peuvent éprouver de la gène à laisser leur partenaire toucher leur anus pour cette raison. Les gens ont souvent la phobie d'être en contact avec les excréments. C'est pourquoi celles et ceux qui désirent pratiquer la sodomie ou les jeux sexuels avec l'anus devraient laver celui-ci ainsi que le rectum. S'il n'y a pas de pénétration, ou si vous utilisez des préservatifs ou des gants, il est inutile de laver le rectum. Prenez une douche ensemble, lavez-vous et stimulez-vous mutuellement. Utilisez du savon et de l'eau pour laver l'anus. Insérez doucement le bout du doigt pour laver l'intérieur de l'anus. Allez-y doucement et délicatement. Jouez.

Pour la pénétration anale, si vous ne

il n'y avait à ce moment aucune envie de domination ou de soumission de l'une ou de l'autre. Après on s'est amusé dans d'autres postures-enlacements et c'était aussi agréable. On peut s'enculer de bien des manières différentes du moment qu'il y a une bonne confiance, ça me semble possible de "se faire (traditionnellement par derrière) enculer", sans avoir le sentiment d'être rabaissé-e... Il est dommage que bien rares soient les mecs avec qui je me sente suffisamment en confiance pour jouer à ces jeux-là... Il faudrait que pénétration ne soit plus synonyme de bite dominante... j'ai appris (et non choisi) à prendre mon pied avec la pénétration (la plupart du temps je considère plutôt que j'enveloppe le pénis puisque je ressens le truc du point de vue de mon sexe) et les sexes des garçons (quand ils ne jouent pas avec comme des armes) et j'essaye en même temps de me battre contre la phallocratie de ce système à ma manière, et notamment dans ma sexualité, même si parfois ça me rend un peu schizo. (...)

La Sodomie & les Caresses Anales

Alors que près de 50% des femmes auraient essayé la sodomie, seules 10% la pratiquent régulièrement. La raison principale étant que beaucoup de femmes la trouvent désagréable et douloureuse. Mais si le même pourcentage de femmes abandonnaient le rapport vaginal parce qu'il est désagréable et douloureux au début, il y aurait peu de couples hétéros ayant des rapports vaginaux. Les femmes continuent d'avoir des rapports vaginaux parce que c'est ce que l'on attend d'elles ; elles ne doivent pas pratiquer la sodomie parce qu'il s'agit d'un acte sexuel "anormal". Lorsqu'elle est correctement pratiquée, la sodomie procure beaucoup de plaisir aux deux partenaires. Elle parait également gagner en popularité.

Les 10% de femmes qui pratiquent régulièrement la sodomie le font pour plusieurs raisons. Elles peuvent trouver agréables les sensations intenses que d'autres femmes trouvent douloureuses. Elles peuvent également trouver que la sodomie est plus agréable qu'un rapport vaginal. Certaines femmes n'aiment pas qu'on touche leur vagin. D'autres désirent préserver leur virginité, ou n'ont pas de moyens de contraception, ou n'ont aucune confiance en eux ; la sodomie leur permet alors d'avoir des rapports sexuels sans risque de grossesse. (Une grossesse est toujours possible, mais peu probable tant que le sperme n'entre pas en contact avec la vulve.) Certaines trouvent une excitation intense dans la grivoiserie. Les femmes qui apprécient l'idée de la sodomie ne devraient pas l'abandonner même si elles l'ont trouvé désagréable et douloureuse dans le passé.

La sodomie s'est attirée beaucoup d'idées négatives. On nous apprend dès le

Le titre original de ce texte se traduirait par "*rapport anal*". Sans poésie ni imagination, nous avons tout de même préféré un titre moins clinique. Il faut constater qu'en matière de sexualité les termes employés sont souvent médicaux, et qu'il existe finalement peut de formules agréables. Et hormis *sodomiser*, le seul autre mot connu c'est *enculer*,...



un intense plaisir de partager cette activité. Bien que nous puissions désirer autrement, les femmes qui connaissent mieux leur corps sont celles qui sont les plus aptes à se donner du plaisir sexuel jusqu'à l'orgasme. C'est pourquoi un grand pourcentage de femmes pense qu'elles doivent se masturber durant les rapports sexuels vaginaux pour avoir un orgasme. Pour beaucoup de femmes, la masturbation a besoin d'être autant une part du partenaire qu'un rapport sexuel. C'est pourquoi les femmes qui ont des partenaires peuvent se masturber aussi souvent, si ce n'est plus, qu'elles le faisaient en étant seules.

Parfois, dans une relation, votre partenaire n'a pas envie de sexe alors que vous le désirez, même s'il dort à vos côtés. Les couples ont fréquemment différents niveaux d'impulsion sexuelle et d'attentes concernant l'intimité physique. C'est pourquoi les femmes se masturbent souvent discrètement dans la douche, ou silencieusement tôt le matin pendant que leur partenaire est endormi à leur côté. Se masturber quand vous avez un partenaire est une chose normale et une femme ne devrait pas se sentir honteuse parce qu'elle le fait, la plupart des femmes l'ont probablement fait à une certaine période de leur relation. C'est souvent une nécessité. Renoncer à la masturbation et au plaisir sexuel parce que vous avez un partenaire vous fait du tort ainsi qu'à votre relation parce que vous commencerez peu à peu à lui reprocher votre frustration sexuelle. Tandis que votre frustration sexuelle grandit, votre frustration par rapport à votre relation fera de même. Une infidélité ou une séparation pourraient bientôt suivre.

Bien que ce soit absolument faux, la majorité des gens croient que les femmes sont moins sexuelles que les hommes. Nous sommes amenés à croire que les femmes pensent au sexe et ont des désirs sexuels beaucoup moins souvent que les hommes. La société bannit les femmes qui sont ouvertement sexuelles. Ce qui a pour résultat que les femmes croient qu'elles ne devraient pas avoir de forts sentiments et désirs sexuels. Malheureusement, beaucoup de femmes sont honteuses d'admettre qu'elles sont excitées. Ce qui fait que les femmes s'introvertissent et renient leurs propres sentiments et désirs sexuels. Tandis que le désir d'une femme pour le sexe peut changer suivant l'influence de ses hormones, elles sont tout aussi sexuelles que les hommes. Si une femme accepte le fait qu'elle est également aussi sexuelle qu'un homme, elle se sentira probablement plus à l'aise avec son désir de se masturber.

Même si les femmes sont des êtres très sexuels, le désir sexuel ne devrait pas être leur motivation première pour se masturber. La principale raison pour une femme de se masturber devrait être parce que cela procure du plaisir. Il se peut que les femmes qui ont une forte impulsion sexuelle se masturbent fréquemment, mais elles le font parce que cela procure du plaisir, et non parce qu'elles sont poussées à le faire. Si ça ne leur faisait pas de bien, il est peu probable qu'elles le feraient, peu importe leur niveau d'excitation. Une femme ne devrait pas renoncer à se masturber juste parce qu'elle n'a pas de forte impulsion sexuelle. Même si vous n'éprouvez pas de désir pour votre partenaire, vous devriez encore apprécier de vous donner du plaisir. Le fait que les préadolescentes se masturbent prouve que les hormones ne sont pas la seule raison qui amène à se masturber. Les petites filles le font pour la seule et bonne raison que cela leur procure un bien-être. Etant donné que cela procure du plaisir, il n'y a pas de raison de s'attendre à ce qu'une femme ne le fasse pas. Il n'y a rien d'anormal dans le fait

qu'une femme se donne son propre plaisir chaque jour, ou moins souvent si tel est son désir. Pour que la masturbation soit agréable, il n'est pas nécessaire que cela se finisse par un orgasme. Il se peut que la masturbation ne nécessite rien de plus que de placer ses mains contre sa vulve en s'endormant le soir, juste parce que c'est bon.

Je ne voudrais pas que les gens aient une impression basée sur les déclarations précédentes comme quoi toutes les femmes ont une vue négative de la masturbation, ou que toutes les femmes ont besoin de se masturber plus souvent. Les femmes développent de plus en plus des attitudes très positives envers la masturbation. Quatre-vingt à quatre-vingt-dix pour cent de jeunes femmes le font au moins occasionnellement. S'il leur en est donné l'occasion, les femmes discuteront souvent de leur habitudes de masturbation avec fierté, sans la moindre culpabilité. Il apparaît que de plus en plus de jeunes filles ont la permission de se masturber par leurs parents, ce qui fait que le nombre de femme qui trouvent la masturbation aussi normale que de respirer augmente. De plus, je vois des récits de mères qui ne peuvent contenir leur fierté de voir leur fille apprendre à se masturber à un jeune âge. Cette attitude positive est transférée à leurs filles. Ces déclarations sont destinées à aider les femmes à se sentir mieux par rapport à la masturbation, pas à leur faire croire qu'elles doivent se masturber pour être heureuses, ou qu'elles aient besoin de se masturber tous les jours pour en tirer profit. J'aimerai juste que les femmes voient la masturbation en tant qu'acte normal, peu importe qu'elles se masturbent ou non, parce que leurs amies, parentes, et filles le font probablement.

Les Fantasmes Sexuels

Nous entendons fréquemment l'allusion au fait que le cerveau est notre plus grand organe sexuel. Malgré tout, nous avons souvent du mal à reconnaître le rôle qu'il joue dans le plaisir sexuel féminin et son orgasme. Le cerveau est ce qui transforme le clitoris en autre chose d'autre qu'un simple bout de peau supplémentaire. Vous ne pouvez ressentir de plaisir si votre cerveau ne vous le permet pas. Si vous caressez votre clitoris quand votre cerveau n'est pas d'humeur pour le sexe, seule ou avec un partenaire, plaisir et orgasme seront impossibles. Les fantasmes sexuels amènent notre cerveau à l'humeur adéquate pour le sexe, et les fantasmes sont la façon qu'a notre cerveau de nous dire qu'il est temps d'avoir des relations sexuelles.

La fausse idée préconçue que les femmes sont moins sexuelles que les hommes réside dans le fait que tout le monde croit que les femmes ne pensent pas au sexe, et ne fantasment certainement pas à ce sujet. Nous savons que les hommes regardent les femmes et leur répondent sexuellement, mais nous n'acceptons pas que les femmes regardent les hommes et répondent aussi bien sexuellement qu'eux. Des milliers de magazines sont pleins d'images se rapportant au sexe destinées et mises sur le marché pour les hommes, combien en existe-t-il pour les femmes ? On accepte de manière générale que les hommes aient des pensées perverses et tordues relatives au sexe, mais pas les femmes. Les femmes doivent être maternelles et non sexuelles, n'est-ce pas ?

c'est perdre sa virilité, parce qu'à ce moment là "tu fais la femme", c'est-à-dire l'objet-dessous-passif-qui-a-un-trou-entre-les-jambes. L'homophobie rime souvent avec sexisme puisque ce qui craint c'est surtout d'être pris pour une meuf (alors si t'en es une t'imagines ?!). Or, il me semble, comme pas mal de monde a un anus, que la sodomie peut être aussi pratiquée par des lesbiennes (même si on y pense rarement, pourtant l'enculage peut se pratiquer avec un/des doigt(s) ou divers objets variés) et également par les hétéro-e-s, donc on pourrait dire que ce n'est pas qu'une insulte homophobe. Mais pourquoi serait-ce une insulte tout court ? J'ai pourtant grandie avec les idées que la sodomie serait un acte sexuel violent-viril et que c'est surtout un "truc dégueulasse pour les pédés". Je me souviens des premières blagues sur les "pédés" que j'ai entendue petite, j'y comprenais rien d'ailleurs, sur le fait que les pédés pétaient plus bruyamment que les autres, ça donne à rêver !

Aujourd'hui, après un bon lavage de cerveau et de rectum, "enculé-e" pour moi, ce n'est plus une insulte, c'est synonyme de plaisirs. La sodomie, dans la mesure où je la choisis, désire, n'est plus une pratique humiliante, douloureuse, perverse : c'est tout l'inverse. (...)

Con-crètement l'anus, c'est chouette. Par exemple, c'est si agréable, toute seule dans mon pieu, avec mes doigts ou autre, de prendre le temps de jouer avec ce que je considère maintenant comme mon deuxième sexe. D'ailleurs, depuis que j'ai appris à prendre du plaisir avec, je délaisse quelque peu mon premier sexe. Laissez tomber le côté c'est sale, fermé, y a du caca des fois au bout, ça fait mal, détendez-vous et soyez certaine que l'anus permet un potentiel de plaisir très élevé. N'hésitez pas à utiliser du gel, si c'est plus facile et agréable avec, et caressez-vous du bout des doigts le contour de l'anus-merveillus, puis enfoncez doucement, ou non, un doigt, aussi loin que vous puissiez et que cela reste agréable, ondulez les doigts, vous pouvez essayez avec deux ou plus, ondulez de tout votre corps, vous pouvez vous caresser le vagin et/ou le clitoris (si vous en avez, sinon caressez-vous la croupe par exemple) en même temps. (...)

Les plaisirs anaux, ça se cultive, ça m'a pris des années à découvrir que c'était possible et autant encore à mettre en pratique, c'est facile de passer "à côté", surtout dans le contexte où "enculé" est injure suprême. Je ne saurais d'ailleurs pas très bien expliquer pourquoi je ne trouve pas ça sale à l'intérieur d'un anus, même si des fois je sens mes petites crottes dans le fond, j'ai appris et je me suis convain-cul que c'était mon corps, ça m'a pris du temps, de longs moments de réflexions, d'analyses de mes peurs, mes répulsions, et c'est loin d'être facile, mais par la grande déesse, tant de plaisirs en plus depuis ! Avec un copain, parfois compagnon de mes nuits (ou de mes jours) et avec qui j'ai une bonne confiance sexuelle, ça nous a pris quelques années avant d'oser nous enculer. Déjà fallait que ce soit moi qui décide quand j'en aurais envie et que je mette de côté mes tabous et mes peurs. Une fille m'avait donné quelques éléments : ce pouvait être un organe de plaisir et que enculage ne rimait pas forcément avec des positions genre actif/passif, dessous/dessus. Finalement, un jour, ce copain et moi, nous nous enculâmes à plaisir (et pas vraiment à la sauce Sade, le grand propagateur misogyne de la sodomie). Je ne peux pas dire qu'il m'a enculée, tellement l'activité de nos deux sexe (ici son pénis et mon anus) était réciproques. Je me tenais sur lui, nous nous faisions face, nous nous sommes enveloppénétré-e-s. C'était très doux et

Ma déclaration concernant les femmes qui peuvent atteindre l'orgasme en cinq minutes grâce à la masturbation ne sert qu'à préciser une chose ; que même pour les femmes qui arrivent rapidement à l'orgasme par la masturbation, il leur faut généralement plus de temps qu'un homme pour faire la même chose. Je ne dis pas là qu'il y a un quelconque avantage à atteindre l'orgasme si rapidement, à moins d'essayer de cacher ce que l'on fait ; ce qui est souvent le cas des enfants, des adolescents, et des femmes vivant avec leur partenaire ou leur famille. L'information sur les cinq minutes provient du livre *How Big is Big* des Dr. Zev Wanderer & Dr. David Radell ; et elle est tirée de deux sources différentes. Je ne pense pas que les couples devraient s'attendre à ce qu'une expérience sexuelle dure moins d'une demi-heure ou qu'il y ait un quelconque intérêt à être si rapide. Nous passons déjà si peu de temps à montrer de l'affection physique à notre partenaire qu'il devient inutile d'avoir des expériences sexuelles à toute vitesse. Si vous n'avez pas plus d'une demi-heure à consacrer à votre partenaire pour faire l'amour, essayez de trouver le temps qu'il faut.



extrait du texte

Le Deuxième Sexe
(L'Anus)

de Gaëlle Robert
(paru dans Rictus 0)

(...) Si vous voulez mépriser quelqu'un-e, enculez-le verbalement ou physiquement si vous êtes flic, bidasse ou un vrai mec, enculez votre coupable, votre pote de chambre ou votre meuf, ça voudra implicitement dire que vous êtes le plus fort et que l'autre, celui ou celle que vous enculez est en dessous, passif-ve, objet-trou soumis, comme dans l'expression "se faire avoir", "se faire baiser", "se faire enculer". Bref, si t'es l'enculé-e, t'es vraiment nul-le, dominé-e et inférieur-e. De la racaille à la gonzesse en passant par les politiques qu'on déteste, tous et toutes des enculé-es.

Quand on sait que les insultes sont un indice social infaillible de ce qui est objet de mépris et de dégoût (la saleté, le sexe, les femmes, les étranger-e-s, la pauvreté, la grosseur, les animaux.. "putain de sa race, merde, t'as vu ce lascar, quel pauvre con, fils de pute, t'es qu'un chien, gros porc, va te faire enculer sale rebeu..."), on sait que "enculé !" (généralement au masculin, les femmes c'est plutôt des "salopes" ou des "pétasses" que des "enculées") est une insulte homophobe. Le discours habituel c'est que ça stigmatise une pratique sexuelle surtout pratiquée par... des homosexuels garçons, ce qui les dévalorise en même temps : car se faire pénétrer (par l'anus),

Si une femme ne se considère pas elle-même comme étant sexuelle, elle se sentira mal à l'aise en ayant des pensées relatives au sexe et des fantasmes. Elle peut ne pas reconnaître ses fantasmes sexuels pour ce qu'ils sont. Lorsque Nancy Friday commença à s'intéresser au fantasme sexuel des femmes au début des années 1970, beaucoup de femmes avec qui elle s'entretenait ne savaient pas qu'elles avaient des fantasmes sexuels. Les femmes sont considérées comme romantiques et non sexuelles. Elles n'envisageaient pas d'être elles-mêmes des individus sexuels, et ainsi leurs pensées ne pouvaient être de nature sexuelle, même si elles l'étaient en réalité. Avant les livres de *Nancy Friday*, hommes et femmes ne croyaient pas que les femmes avaient des pensées sexuelles, ou qu'elles en aient même un quelconque besoin. Quand nous avons accepté le fait que les femmes étaient aussi sexuelles que les hommes, nous réalisâmes bientôt qu'elles avaient autant de pensées sexuelles et de fantasmes que les hommes. En voyant les femmes en tant qu'êtres sexuels, nous reconnaissons de même qu'elles ont aussi des pensées perverses et tordues relatives au sexe.

Pour que les femmes soient sexuelles et qu'elles apprécient le sexe, elles doivent accepter qu'elles sont des êtres sexuels. Si vous ne reconnaissez pas cela ou le niez, alors il est impossible d'atteindre le plaisir sexuel et le bonheur. Les femmes comme les hommes sont contrôlés par leurs hormones. Quand notre corps sent qu'il est prêt pour une relation sexuelle, pour se reproduire, il dit au cerveau de rechercher le sexe. Quand cela se produit, nous pensons plus souvent au sexe et avec une plus grande urgence, nous devenons des êtres sexuels. Bien que les pulsions sexuelles chez les femmes soient souvent cycliques, résultant de leur cycle menstruel, elles deviennent aussi excitées et sont amenées à rechercher le sexe.



Il est inhabituel pour une femme ou une adolescente de se plaindre, lorsqu'elle caresse sa vulve et son clitoris, de ne pas expérimenter de plaisir sexuel, ou même de ne rien ressentir du tout. Dans ce cas c'est que son cerveau n'a pas été amorcé pour le sexe, ce qui signifie qu'il n'est pas prêt à procéder à une stimulation sexuelle. Quand le cerveau n'est pas prêt pour le sexe, le clitoris n'EST plus qu'un bout de peau supplémentaire. Une femme doit accepter le fait qu'elle ne peut pas mettre sa main entre ses jambes et automatiquement avoir un orgasme. L'orgasme n'est pas un processus mécanique. C'est en grande partie un processus mental et chimique. Le cerveau contrôle la libération des produits chimiques qui rendent possible un orgasme. Si les produits chimiques, les hormones, ne sont pas disponibles, même le mental peut ne pas être suffisant pour rendre votre corps prêt au sexe et au plaisir sexuel.

Que demande une femme qui fantasme ? Tout ! Les fantasmes des femmes couvrent une très large palette de thèmes possibles, allant de la séduction non-sexuelle et romantique à un viol violent ou la torture. Qu'est-ce qui détermine le sujet des fantasme d'une femme ? Cela est difficile à dire, mais les pensées qui éveillent sexuellement une femme sont plus probablement

déterminées à un très jeune âge, peut-être même avant la puberté. Les pré-adolescentes ont aussi des fantasmes sexuels.

Quels thèmes sont normaux et appropriés ? Tous ! Tout et n'importe quoi qui puisse entrer dans le processus de pensée d'une femme. Les femmes essaient souvent de censurer leurs fantasmes sexuels, les trouvant pervers et inappropriés. On ne pense pas qu'une femme normale ou saine puisse fantasmer sur le fait d'être forcée, ou avoir des relations sexuelles avec un animal, etc. Les fantasmes ne sont pas réels, ils ne peuvent pas blesser quelqu'un. Si une personne écrit un livre incluant des meurtres, cela ne signifie pas que cette personne est plus apte à tuer quelqu'un, bien qu'un livre n'est rien de plus qu'un fantasme couché sur du papier. Fantasmer sur un sujet pervers ou illégal n'implique pas que vous allez mettre ces choses en pratique dans la vie réelle. Vous connaissez bien la différence entre le vrai et le faux. Vous ne pouvez changer ce qui vous éveille sexuellement, vous pouvez trouver de nouvelles choses, et certaines peuvent devenir moins excitantes, mais une fois un sujet gravé dans notre cerveau en tant que sexuel, cela sera toujours sexuel. Une femme qui renonce aux relations sexuelles et à la masturbation parce que ces activités apportent des fantasmes sexuels insolites, se fait plus de mal que de bien. Si une femme accepte le fait que tous les fantasmes sexuels sont normaux, elle trouvera son/sa partenaire sexuel et la masturbation bien plus satisfaisants.

Quand les fantasmes sexuels sont-ils appropriés ? Bien qu'il ne puisse pas toujours être opportun d'avoir un fantasme sexuel, les femmes fantasment durant TOUTE activité. Les femmes fantasment au travail, en pliant le linge, en conduisant, même en parlant au téléphone, et durant des relations sexuelles, etc. Bien que cela soit un peu dangereux de le faire dans certains environnements de travail, et pendant que vous conduisez, parce que les fantasmes et les orgasmes potentiels vous distraient, les femmes en ont néanmoins. C'est aussi assez inconvenant.

Les femmes pensent parfois qu'elles trompent leur partenaire si elles fantasment durant leurs relations sexuelles, surtout si elles fantasment sur quelqu'un d'autre. Voyons les choses comme elles sont, la plupart d'entre nous ont des partenaires vraiment ennuyeux, qui sont aussi excitants que de regarder pousser un arbre. De plus, leurs compétences sexuelles requièrent quelque aide. Bien que la plupart des femmes ne fantasment probablement pas sur leur partenaire actuel, fantasmer sur quelqu'un ou quelque chose d'autre est normal et non une forme d'adultère. Comme il en est fait mention plus haut, vous ne pouvez contrôler ce qui vous excite. Si vous avez besoin de vous imaginer que votre partenaire est un marin ou une autre femme pour atteindre l'orgasme, vous êtes normale et pas seule. Si vous ne vous laissez pas aller, vous renierez nécessairement votre propre plaisir sexuel.

Il existe des scénarios communs qui font partie des fantasmes des femmes, les voici :

La Perte de Contrôle. Ce type de fantasme permet aux femmes d'être sexuelles sans être responsables de leurs actions. Si vous êtes forcée, vous n'avez pas le contrôle de ce qui vous arrive et devez faire ce qui vous est demandé. Si vous n'avez pas le contrôle, vous restez une "bonne fille" même durant la partie la plus osée des relations sexuelles. Ces fantasmes permettent aux femmes d'être ouvertement sexuelles

pas aussi sensible aux stimulations sexuelles que le clitoris. L'analyse anatomique du vagin révèle qu'il n'est pas aussi densément peuplé de terminaisons nerveuses que le clitoris, et celles que l'on y trouve sont généralement localisées uniquement vers l'ouverture du vagin. La principale raison pour laquelle le vagin n'a pas beaucoup de terminaisons nerveuses est qu'il sert aussi pour la naissance. Il serait contre-productif d'avoir un vagin extrêmement sensible au moment de l'accouchement.

Pendant un rapport vaginal, le pénis est directement stimulé par les parois du vagin de sa partenaire, chez qui le mouvement des petites lèvres stimulera indirectement le clitoris. Le va et vient du pénis fait remuer les lèvres, tire sur le clitoris. Et comme la taille et la forme des lèvres intérieures varient énormément d'une femme à l'autre, et qu'en plus certaines en sont dépourvues, il semble peu probable que tous les clitoris reçoivent la même intensité de stimulation durant le rapport. Le clitoris peut également être stimulé par l'os pelvien de son partenaire et frotter contre le corps de l'homme lorsqu'il s'enfonce dans le corps de la femme. Pendant le rapport, la principale zone érogène de l'homme est directement stimulée de toutes parts tandis que la principale zone érogène de la femme est stimulée indirectement et de façon inconsistante. Devons-nous alors nous étonner que l'homme atteignent l'orgasme plus souvent que la femme ?

Un autre facteur à prendre en considération est le temps. En moyenne, un homme peut atteindre l'orgasme en trois minutes par la masturbation, quand il en faut cinq à une femme (*). Dans ce que l'on pourrait considérer comme des conditions idéales, un homme atteint généralement l'orgasme deux minutes avant la femme. Transposez cette donnée dans le cadre d'un rapport sexuel, où l'homme reçoit une stimulation directe et la femme une stimulation indirecte, vous verrez combien cette différence de temps peut prendre des proportions astronomiques. Si une femme ne reçoit pas la même intensité de stimulation, sur la même durée, comme lorsqu'elle se masturbe, il est facile de comprendre qu'elle n'atteindra jamais l'orgasme pendant un rapport. Celui-ci devient improbable, et peu importe le temps que passera l'homme à s'activer. Les ingrédients pour un orgasme ne sont tout simplement pas rassemblés ici.

* Voici une citation du livre *The Clitoral Truth* de Rebecca Chalker:

"***Il faut beaucoup plus de temps aux femmes qu'aux hommes pour arriver à l'orgasme - presque une demi-heure dans la plupart des cas. Les sexologues californiens William Hartman et Marylin Fithian suivirent le déroulement de plus de 20 000 orgasmes et découvrirent qu'il fallait une moyenne de vingt minutes aux femmes pour atteindre l'orgasme en laboratoire. Chez de nombreuses femmes, cela peut prendre plus d'une demi-heure de stimulation prolongée pour parvenir au niveau de l'orgasme***."



L'Orgasme Vaginal

En 1981, le Rapport Hite révélait que 26% des trois mille femmes qui participèrent à cette étude expérimentaient régulièrement l'orgasme lors d'un rapport vaginal, sans stimulation manuelle du clitoris. Bien que cette étude ait plus de vingt ans, je ne vois guère ce qui aurait pu faire changer ce pourcentage de façon drastique durant cette période. L'étude permit également de découvrir que : 19% des femmes ayant participé à cette étude ont rarement atteint l'orgasme lors d'un rapport, 16% ne l'ont atteint que s'il y avait aussi une stimulation du clitoris, et 24% n'ont jamais atteint l'orgasme lors d'un rapport. En plus, 12% des femmes n'ont jamais atteint l'orgasme dans n'importe quelle condition, et 3% n'ont jamais eut de rapports. Ceci signifie en gros que huit femmes sur dix n'atteignent pas l'orgasme lors d'une stimulation vaginale seule.

Nouvelle Etude : *Glamour Magazine*, Octobre 2000
Basée sur les réponses de 1500 femmes à un questionnaire en ligne sur Glamour.com

En réponse à la question, "*Avez-vous besoin de stimulation supplémentaire pour atteindre l'orgasme* ?" les femmes répondirent :

J'ai besoin d'une "stimulation manuelle"	Je peux y arriver durant un rapport sexuel
38 %	28 %

J'ai besoin de rapports bucco-génitaux	J'ai besoin d'un vibromasseur
21 %	3 %
Autre	
10 %	

Ceci révèle que sur les dix-neuf années passées, le nombre de femmes atteignant régulièrement l'orgasme à la suite d'une stimulation vaginale/pénienne n'a pas changé, 28% au lieu de 26%. La plupart, si ce n'est la majorité des femmes, 62%, ont besoin d'une stimulation directe du clitoris si elle veulent atteindre l'orgasme. Il n'est pas précisé si "autre" inclus d'autres formes de stimulation clitoridienne, ce qui pourrait faire augmenter le pourcentage.

Pourquoi un pourcentage aussi bas ? La réponse réside en grande partie dans l'anatomie de nos organes sexuels. La zone érogène principale de l'homme est généralement son pénis, et celle de la femme, son clitoris. Si l'on considère les origines et les structures embryonnaires communes aux deux, ceci se tient parfaitement. La raison pour laquelle ces organes sont aussi sensibles est qu'ils sont constellés de terminaisons nerveuses. Plus un endroit du corps a de terminaisons nerveuses, plus il est sensible à la stimulation. Le gland du clitoris a autant de terminaisons nerveuses que celui du pénis, mais elles sont concentrées dans une plus petite zone. Il en résulte que le clitoris est un organe très sensible, peut-être même plus que le pénis.

Puisque aussi peu de femmes se masturbent en stimulant uniquement leur vagin, il semblerait que celui-ci ne soit

et d'explorer différents aspects de leur sexualité, quelque chose que beaucoup de femmes ne peuvent pas faire dans la vraie vie. Bien que dans le fantasme elles ne détiennent pas le contrôle, en réalité elles l'ont, ce qui le place à part d'un kidnapping réel. Fantasmer d'être forcée est une façon d'exprimer un désir d'être sexuel, et non un désir subconscient d'être forcée.



Relations Sexuelles Femme/Femme. Bien qu'il soit souvent associé à l'homosexualité, ce n'est pas le cas. L'homosexualité féminine est une orientation sexuelle, et non des relations physiques entre deux femmes. Fantasmer d'avoir des relations sexuelles avec une autre femme n'implique pas d'être homosexuelle. Les femmes sont souvent vues douces, gentilles, aimantes, et romantiques, ce qui n'est pas la façon dont sont généralement perçus les hommes. Il se peut qu'une femme désire cela dans sa vie sexuelle. Elle peut penser qu'étant donné qu'une femme a la même anatomie, elle sera une meilleure amante et plus adaptée à ses besoins. Même si une femme n'est pas attirée sexuellement par une autre femme, elle peut être attirée par ses qualités "féminines". L'intimité physique femme/femme est, dans une certaine mesure, socialement acceptable, du moins quand elle n'amène pas à l'exclusion.

Relations Sexuelles avec un Inconnu. Si vous avez des relations sexuelles avec un parfait inconnu que vous ne reverrez jamais, vous pouvez être ouvertement sexuelle sans crainte d'être étiquetée. Comme il en est fait mention plus haut, dans la partie sur "*la Perte de Contrôle*", les relations sexuelles avec un inconnu permettent aux femmes d'être sexuelles quand les circonstances de la vie réelle peuvent empêcher cela. Si votre partenaire sexuel est un inconnu vous n'avez pas besoin de vous inquiéter pour plus tard. Avoir des relations sexuelles avec un inconnu, une personne que vous venez juste de rencontrer, est une aventure sans lendemain.

Expériences Passées ou Anciens Partenaires. Si cela a fonctionné dans le passé, il est probable que cela marche à nouveau, du moins dans votre cerveau. Se souvenir d'une expérience spéciale ou insolite peut être très excitant. Il se peut que fantasmer sur ce que vous auriez fait ou ce que vous auriez souhaité qu'il se soit passé durant une situation précédente vous excite. Peut-être un ancien partenaire était meilleur dans les relations sexuelles que votre partenaire actuel. Se souvenir de ses "jours les plus sauvages" peut ajouter du sel à votre vie sexuelle monotone.

Le Visuel. Les femmes sont visuelles aussi. Elle peuvent être excitées par l'image visuelle momentanée de quelqu'un, homme ou femme, qu'elles rencontrent ou voient. Une femme peut voir une personne et la trouver sexuellement attirante, et il en résulte qu'elle s'imagine avoir des relations sexuelles avec. Un moyen sûr d'explorer les relations sexuelles avec de multiples partenaires.

Filles de Mauvaises Vie. Les filles de mauvaises vie ont des relations sexuelles, des relations sexuelles torrides. Les femmes qui sont de "bonnes filles" dans la vie réelle peuvent aimer imaginer ce que c'est d'être ouvertement sexuel. Elles peuvent fantasmer sur le fait qu'elles seraient des prostituées, des strip-teaseuses, ou n'importe quelle femme à qui ont "demande" d'être sexuelle en tant que partie intégrante de leur identité. Une femme peut fantasmer qu'elle est habillée de façon sexuellement provocatrice dans une chambre remplie d'hommes excités, et peut-être de femmes.

Etre Sexuellement Désirable. Il y a très peu de femmes qui ne désirent pas être trouvée attirante par quelqu'un. Dans ses fantasmes, une femme peut être trouvée attirante par une personne ou un stade entier de foot rempli de gens. Une femme peut choisir à quoi elle ressemble ou comment elle s'habille. Elle peut être nue ou habillée de façon provocante en publique. Son maniérisme peut être vulgairement sexuel.

Les Relations Sexuelles Romantiques. Les femmes fantasment souvent sur le fait d'être séduites et emmenées à cheval, ou quelque chose de similaire. Ces fantasmes peuvent ne pas inclure la pénétration ou les rapports buccaux-génitaux, mais ils n'en sont pas moins excitants. Les éditeurs se font des millions de dollars en vendant des histoires romantiques qui sont remplis de scène sexuelles, ou romantiques. Les roman à l'eau de rose sont aux femmes ce que Playboy est aux hommes, une stimulation sexuelle. Les fantasmes romantiques sont une forme traditionnelle de fantasme qui sont sûrs tant que les femmes ne confondent pas leurs fantasmes avec la réalité.

Etre Dominatrice. D'après Nancy Friday, plus les femmes prennent le rôle dominant dans notre société, plus elles prennent le rôle dominant dans leur vie sexuelle. Elles sont les grands manitous et contrôlent ce qui se passe. Elles peuvent utiliser les hommes et les femmes pour leur plaisir, du moins dans leurs fantasmes. Plus de demoiselles en détresse pour ces femmes, elles sont les héroïnes de leurs fantasmes. Ces fantasmes permettent au femmes d'explorer le rôle de dominant pendant les relations sexuelles. Elles obtiennent ce qu'elles veulent, usant de tout ce que cela comprend.

Etre soumise. La personne qui exerce le plus de contrôle dans une relation Maître/ Esclave est généralement l'esclave, dans la mesure où les esclaves contrôlent ce qui se passe. Une femme qui se voit soumise ou esclave crée un scénario où elle n'a pas le contrôle de ce qui se passe, mais ses besoins sont toujours satisfaits. Dans le fantasme, le maître fait toujours ce que veut l'esclave. C'est une autre forme de "*la Perte de Contrôle*".

Aïe ! C'est Si Bon. Il y a une frontière assez mince entre la douleur et le plaisir, et les hormones lâchées durant les relations sexuelles et la douleur peuvent rendre cette frontière considérablement floue. La douleur perçue durant les fantasmes peut aller de la légère gêne d'un fessier nu prêt à recevoir la fessée jusqu'à être sévèrement torturé et mutilé. Parfois la douleur est la punition pour être sexuelle, pour mauvaise conduite. Les femmes qui fantasment de recevoir la fessée ou d'être punies étaient souvent non corrigées physiquement et ne recevaient pas la fessée étant enfant, contrairement aux croyances populaires, bien qu'elles puissent avoir fantasmé sur cela durant leur enfance.

Inceste et Partenaires Peu Appropriés. Etant donné que nos fantasmes

etc.., mais trouver qu'un pénis n'est pas très stimulant. Il peut y avoir seulement une petite zone dans le vagin qui soit sensible à la stimulation, et un pénis attaché à un homme peut ne pas être le meilleur outil à utiliser si l'on cherche à la stimuler. En adaptant un pénis artificiel, une femme peut profiter de ces zones sensibles. La taille, la forme et la texture de l'objet qu'elle insère peut être choisi de façon à apporter la stimulation adéquate. Du moment que l'objet inséré est propre, sans aspérités, et n'est pas susceptible ou sur le point de se casser, on peut l'insérer sans danger dans le vagin, tant que les précautions appropriées sont prises. Les hommes ne devraient pas se reprocher que leur partenaire préfère un godemiché ou un autre objet que leur pénis.

La position durant un rapport sexuel peut avoir un impact majeur sur le plaisir d'une femme. Un changement dans la position peut avoir comme résultat pour la femme de ne rien sentir du tout à l'orgasme. Le vagin n'est pas sensible à la stimulation sur la totalité de sa surface, ce qui fait que l'angle et la profondeur de la pénétration peuvent déterminer le plaisir qu'une femme éprouve. De plus, la stimulation du clitoris sera aussi dépendante de la position et de la profondeur de la pénétration. La zone de sensibilité vaginale d'une femme, si elle en a une, déterminera la position qu'elle trouve la plus agréable. Si une femme a un point G, il se peut qu'elle apprécie bien plus un rapport quand le pénis de son partenaire presse contre ce point, ce qui est plus probable si elle est pénétré par derrière ou quand elle est au-dessus, contrôlant l'angle d'entrée.



Un autre facteur qui peut influencer le plaisir d'une femme est le rythme du rapport. Une femme peut préférer les mouvements rapides et longs, les mouvements rapides et courts, les mouvements lents et longs, ou courts et longs. Ce qu'elle apprécie peut varier selon son degré d'excitation, et la proximité de l'orgasme. Les couples peuvent avoir envie d'essayer de voir si le rythme joue un rôle dans le plaisir que la femme ressent lors du rapport.

Une idée fausse circule sur le rapport vaginal des lesbiennes. Les gens présument souvent que les couples de lesbiennes n'ont pas de rapports vaginaux, ou que si elles en ont, qu'elles sont en réalité des hétérosexuelles qui le dénient. Bien que tous les couples de lesbiennes ne pratiquent pas forcément la pénétration vaginale, un nombre significatif y recourt. La raison pour laquelle elles le font est très simple : elles apprécient cela. Elles ne prétendent pas être un homme et une femme, bien que parfois elles jouent ces rôles. Elles utilisent seulement tous les objets et les parties du corps à leur disposition afin de produire un plaisir sexuel. Les lesbiennes ont un vagin, et dire qu'elles ne peuvent pas l'utiliser parce qu'elles sont lesbiennes est absurde. L'intérêt des lesbiennes pour la stimulation vaginale a eu comme résultat une récente explosion de la disponibilité et de la diversité des godemichés de haute qualité, ce dont toute femme et son partenaire peuvent bénéficier.

l'orgasme. C'est pourquoi les femmes préfèrent en général le sexe avec un partenaire à long terme qu'une simple connaissance.

La seule façon pour une femme de trouver comment son corps et son cerveau répondent à un rapport vaginal c'est au travers de l'expérimentation et de la pratique. Il n'y a pas de truc pour prédire à une femme si elle sera orgasmique grâce à une stimulation vaginale seule, et il est probable que cela change avec le temps et les différents partenaires et techniques.

Même si un rapport vaginal n'est pas une expérience orgasmique pour une femme, elle peut l'apprécier et le rechercher à cause du lien émotionnel entre elle et son partenaire. D'un autre côté, les couples doivent être ouverts à l'idée qu'une femme peut ne pas vouloir avoir de rapport vaginal parce que ça ne lui est pas sexuellement ou émotionnellement agréable. La même chose peut être valable pour certains hommes. Les couples peuvent avoir des relations sexuelles agréables sans avoir de rapport vaginal. Les homosexuelles connaissent fréquemment un plus grand plaisir, non à cause du fait que les deux partenaires aient la même anatomie, mais plutôt parce que le rapport n'est pas centré sur la relation vagin/pénis.

Il apparaît que ce soit un consensus populaire aujourd'hui que la majorité des femmes doivent avoir leur clitoris directement stimulé durant un rapport vaginal si elles veulent avoir une chance d'avoir un orgasme. Si une femme ou son partenaire ne stimule pas directement son clitoris, il sera moins probable qu'elle ait un orgasme. La stimulation indirecte du clitoris par les lèvres internes, le fait qu'elles soient remuées par un pénis n'est habituellement pas suffisant pour apporter un orgasme à la majorité des femmes. Etant donné les énormes variations de la forme et de la taille de la vulve, il n'est pas raisonnable d'attendre d'elles de fonctionner exactement de la même façon durant un rapport sexuel.

Il est habituellement plus facile pour une femme de caresser son clitoris durant le rapport que ça ne l'est pour son partenaire, et elle est généralement plus compétente. C'est en partie pourquoi la masturbation féminine est tellement importante pour les femmes, et les couples. Les positions sexuelles qui permettent à une femme de se masturber, ou à son partenaire de caresser son clitoris, durant un rapport sont celles dans lesquelles elle est au-dessus, ou lorsque son partenaire est derrière ou à côté d'elle. Tandis que beaucoup de femmes aiment la sensation du poids de leur partenaire sur elles dans la position du missionnaire, cette position ne mène pas vraiment à l'orgasme car leur clitoris est caché sous le corps de leur partenaire. On devrait noter que nos corps sont faits pour avoir des rapports lorsque la femme est à quatre pattes et que son partenaire la pénètre par derrière : la levrette. Ceci est la position "normale ou "naturelle", et non celle du missionnaire comme il est communément accepté.

Beaucoup de couples ont trouvé qu'utiliser un vibromasseur sur ou près du clitoris de la femme durant les rapports sexuels accroît la probabilité d'orgasme. Un vibromasseur en forme de verge, est peut-être ce qui convient le mieux. Pour adoucir les vibrations, placez une serviette pliée entre le clitoris et le vibromasseur.

Une femme peut apprécier que son vagin soit stimulé par les doigts ou la main de son partenaire, un vibromasseur, un godemiché, une bougie, une bouteille,

sont souvent d'abord formés quand nous sommes jeunes, les expériences sexuelles durant l'enfance et l'adolescence peuvent devenir les bases de nos fantasmes d'adultes. Nos premières expériences sexuelles surviennent probablement dans notre famille proche, que ce soit la vue furtive du pénis de votre père ou l'exploration du sexe avec un frère ou une soeur. Alors que l'inceste est un des tabous majeurs de notre société, il devient néanmoins le sujet de fantasmes sexuels de certaines femmes. Bien que très peu abordés, ces fantasmes sont aussi normaux, et n'ont aucune influence sur la vie réelle. Il se peut que des femmes qui ont eu des relations sexuelles non-consenties durant leur enfance aient des fantasmes sexuels sur des événements passés, ce qui ne signifie pas qu'elles étaient coupables ou consentantes à ces activités.

Relations Sexuelles avec des Animaux. Bien que ce soit un autre sujet tabou, les femmes fantasment parfois sur des relations sexuelles avec des animaux, généralement chiens et chevaux, des animaux auxquels elles peuvent avoir été exposées étant enfant. Peut-être suite à la vision de ces animaux ayant des rapports sexuels, ou d'un animal domestique agissant de manière sexuelle envers elles, elles trouvent quelque chose de sexuellement stimulant en eux. Ce n'est qu'un autre fantasme rare et inhabituel qui est parfaitement normal.

J'ai mentionné l'auteur Nancy Friday plus haut. Elle a recherché et rassemblé les fantasmes sexuels féminins depuis trente ans et a publié trois livres sur le sujet. Ces livres sont plein de centaines de fantasmes sexuels féminins, s'adressant à chaque cas possible. Les titres de ces livres sont, My Secret Garden (Mon jardin secret), Forbidden Flowers (Fleurs Interdites), et Women On Top (Les Femmes au Sommet). Ils sont disponibles en ligne chez Barnes & Noble. Ceux ci révèlent combien les femmes peuvent être sexuelles et torrides, du moins dans l'esprit. Ils servent aussi de guides pour les femmes qui veulent développer leurs propres fantasmes sexuels, ou du moins les nouveaux. Ils peuvent aussi être utilisés comme stimulation sexuelle, pour amener un partenaire à l'humeur adéquate ou pour la masturbation

Le Cunnilingus
(les rapports bucco-génitaux)



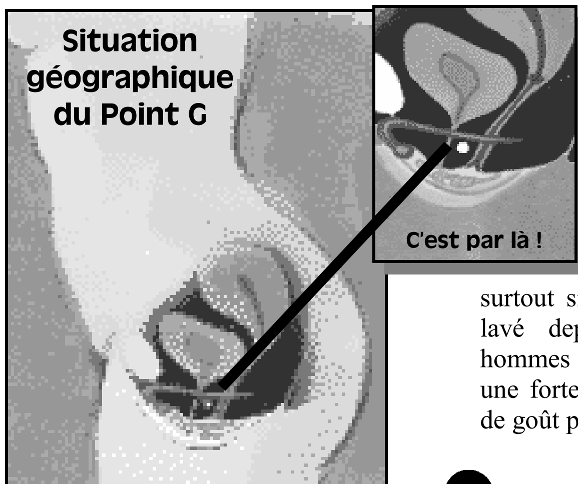
Le cunnilingus est peut-être la plus agréable forme sexuelle qu'un partenaire puisse apporter. Rien ne peut être comparé à la sensation d'une langue chaude et humide glissant de part et d'autre de la vulve et du clitoris d'une femme. Exceptée la masturbation, les rapports bucco-génitaux aboutissent probablement à plus d'orgasmes féminins que n'importe quelle autre pratique sexuelle.

Les jeunes filles sont sensées être très soignées et propres. Les garçons peuvent sortir et se salir, mais les filles doivent garder leurs habits et elles-mêmes propres, et toujours être attirantes. Cela est moins vrai qu'il y a 20 ans, mais il y a encore beaucoup de femmes qui pensent qu'elles doivent rester propres même lorsqu'elles s'engagent dans des activités physiques, à la maison ou à l'extérieur. Beaucoup de femmes pensent que les gens ne devraient pas les voir transpirer. On

apprend aux filles à toujours être belles et sentir bon. A ce sujet il y a beaucoup de stigmatisations négatives relatives à l'"hygiène féminine". Particulièrement aux Etats-Unis, la publicité pour des produits d'hygiène intime a conduit les gens à croire que toute odeur ou liquide provenant du corps humain est mauvais, alors que ce n'est pas vrai. Ces pratiques et croyances créent une barrière quant aux rapports bucco-génitaux pour beaucoup de femmes puisque leurs parties génitales produisent de l'humidité et une odeur spéciale. Il n'est alors pas surprenant que beaucoup de femmes pensent que leurs parties génitales soient sales et malodorantes alors qu'en réalité elles sont parfaitement normales et en bonne santé.

Si une femme accepte la stimulation orale de ses organes génitaux, elle doit d'abord accepter ses fonctions corporelles normales. Sa vulve est humide parce que son vagin et sa vulve sont en constant nettoyage. Dès la puberté, le vagin se nettoie de lui-même en produisant un flux de couleur clair à blanchâtre ayant un consistance faible à gluante. Ce flux acide contrôle les mauvaises bactéries pour aider à prévenir une infection. Une femme peut être excitée et avoir une humidité vaginale accrue sans savoir qu'elle est excitée, mais seulement se sentir mouillée. De plus, les femmes produisent leur propre odeur, une signature chimique qui n'indique pas seulement qui elles sont en tant qu'individu, mais aussi leur état sexuel et reproductif actuel. Bien que notre nez puisse avoir perdu la capacité de détecter ces odeurs à grande distance, j'ai lu que les hommes deviennent excités lorsqu'ils y sont exposés. En réalité, une vulve "propre" est une vulve en mauvaise santé, une vulve humide avec sa propre odeur en est une en bonne santé.

Il se peut que parfois la vulve ait une odeur ou un goût déplaisant. Il se peut qu'il s'agisse de l'humidité normale du vagin accumulée dans les replis de la vulve comme étant le résultat d'un manque de circulation de l'air autour des parties génitales, empêchant l'évaporation d'un excès d'humidité. Etant donné que les bactéries aiment les endroits humides, elles peuvent se reproduire rapidement, ce qui a pour conséquence une forte odeur et peut-être de même pour le goût. Les bactéries causent l'odeur, et non l'humidité du vagin. Etant donné que les femmes d'aujourd'hui portent généralement des vêtements qui empêchent la circulation de l'air autour de leurs parties génitales, il est souvent nécessaire pour une femme de laver ses parties génitales avant de pratiquer des rapports bucco-génitaux. Ceci est également valable pour les hommes, ainsi une douche ou un bain avant les rapports sexuels est souvent une bonne idée, surtout si l'un des partenaires ne s'est pas lavé depuis plusieurs heures. Certains hommes et femmes apprécient cependant une forte odeur de vulve, c'est une affaire de goût personnel.



Les Rapports Vaginaux

Le rapport sexuel vaginal est un des aspects de la sexualité féminine autour duquel circulent beaucoup de désinformation et de confusion. On débat beaucoup sur le fait que les femmes devraient être capable ou non d'avoir un orgasme pendant un rapport vaginal. Les femmes qui n'en ont pas pensent souvent qu'il y a quelque chose qui ne va pas chez elles. Beaucoup pensent que pour être une bonne partenaire sexuelle, elles devraient en avoir. De plus, les médias nous font croire qu'une femme devrait hurler de plaisir et avoir de multiples orgasmes dès qu'un pénis pénètre son vagin. Tout cela fait que beaucoup de femmes feignent l'orgasme de façon à sauver l'honneur face à leur partenaire, afin de paraître normales et matures.

Grâce à un Freud névrosé, beaucoup de gens ont été amenés à croire que les femmes "matures" avaient des orgasmes vaginaux et que les femmes "immatures" avaient des orgasmes clitoridiens. Ceci est totalement faux. La majorité des femmes ont besoin d'une stimulation du clitoris pour atteindre l'orgasme. Bien qu'un orgasme puisse être vécu différemment dans diverses conditions, ils sont tous à la base les mêmes. Un orgasme est un orgasme. D'après ce que j'ai compris, avant Freud, tout le monde savait que c'était le clitoris qui était le centre du plaisir sexuel féminin, et non le vagin. Au fond, Freud a composé des théories qui n'ont jamais été avérées.

Malheureusement, la vérité concernant le rapport vaginal peut être très déroutante. Certaines femmes sont très orgasmiques en ayant un rapport vaginal et aiment s'y engager. D'autres trouvent cela ennuyant et dépourvu de toute sensation agréable. Une partie des femmes tombe entre les deux ; elles apprécient vraiment le rapport vaginal, mais ne peuvent pas avoir d'orgasme par la seule stimulation vaginale. Peu importe comment une femme répond à un rapport sexuel vaginal ; elle est parfaitement normale.

La cause de ce large éventail de réponses est biologique et psychologique. Il n'y a pas de réponse simple et facile pour expliquer le pourquoi et le comment chez toutes les femmes. Certaines femmes ont un vagin sensible, d'autres non. Si vous caressez les parois vaginales de certaines femmes elles ressentiront un plaisir intense, d'autres rien du tout. Ceci est le résultat des variations normales de la densité du nerf qui surviennent chez les individus, à travers tout le corps, et pas seulement le vagin. Etant donné qu'une femme n'a pas de contrôle sur la sensibilité de son vagin, elle ne devrait pas culpabiliser si son vagin est insensible à la stimulation du pénis. Peut-être y a-t-il une autre forme de stimulation vaginale qui lui est agréable.

Certaines femmes ont un orgasme pendant un rapport vaginal parce qu'elles trouvent mentalement et émotionnellement cet acte très excitant sexuellement. Si notre cerveau trouve un acte sexuel suffisamment stimulant, l'orgasme peut survenir même s'il n'y a pas de contact physique. Cela ne veut pas dire que le plaisir que beaucoup de femmes ont pendant le rapport vaginal est entièrement dans leur tête. Le plus haut niveau de bien-être émotionnel qu'une femme ait au moment des rapports sexuels, la probabilité accrue qu'elle le trouvera appréciable, ainsi que ce qu'il en résultera, la conduira plus probablement à

trer et sortir les deux doigts par brèves saccades. Commencez par un rythme relativement lent. Alternez avec la stimulation clitoridienne, soit avec le pouce, soit avec l'autre main, ou même avec la bouche/la langue. Essayez également de stimuler en même temps le clitoris et le point G. Continuez suivant ses réactions et désirs.

Car une stimulation des deux en même temps peut s'avérer trop intense pour certaines femmes mais nécessaires pour d'autres si elles veulent parvenir à éjaculer. Convenez d'un signal et respectez-le. Lorsqu'elle commence à pousser, et que vous sentez la contraction vaginale, commencez à la branler rapidement. Lorsque l'orgasme monte, stimulez le clitoris, tout en branlant doucement - mais très rapidement - le point G. Parlez-lui. Dites-lui, que ça vient, qu'elle va jouir, qu'elle se relaxe, qu'elle se laisse allez ou d'autres choses équivalentes. Elle aura besoin d'être rassurée, qu'elle ne soit pas gênée de vous éclabousser. Dites-lui combien vous trouvez excitant qu'elle parvienne à éjaculer. Mettez-vous à l'aise tous/tes les deux, et faites-vous à l'idée de l'éjaculation.

Mais peut-être n'est-elle pas dans la bonne position. Si elle ne parvient toujours pas à l'orgasme après quelques temps, elle peut se mettre sur le ventre en prenant appui sur ses genoux. Vous parviendrez mieux à stimuler son point G dans cette position, et elle pourra également mieux y répondre. Retournez les deux doigts, et glissez les dans son vagin. Trouvez le point G et stimulez-le. Utilisez l'autre main pour stimuler le clitoris. Si après plusieurs orgasme, en massant avec rapidité le point G durant l'orgasme, elle ne parvient toujours pas à éjaculer, retournez votre main, en plaçant le pouce dans le vagin.

Le pouce n'atteindra probablement pas le point G, mais ne vous inquiétez pas, celui-ci finira bien par le rencontrer pendant l'orgasme. Placez les deux doigts sur le clitoris. Faites-en sorte que la courbe entre votre pouce et votre majeur repose sur son corps, du vagin jusqu'au clitoris, et commencez alors à rentrer dans le vagin avec le pouce, tout en frottant le clitoris. Lorsqu'elle approche de l'orgasme, commencez à rentrer entièrement la main de façon rapide. A ce moment là elle sera proche de l'éjaculation. Il faut alors masser l'endroit où sort l'urètre, tout en stimulant le clitoris et le point G. Ceci pourra l'aider à oublier le sensation d'avoir envie de pisser.

Sachez qu'une femme n'est pas uniquement capable d'avoir des orgasmes multiples, mais aussi des éjaculations multiples. Il n'est pas inhabituel qu'elle puisse avoir entre 3 et 5 éjaculations avant d'épuiser sa réserve de liquide. Une fois qu'une femme a éjaculé une ou plusieurs fois, il devient possible d'y parvenir aussi par une pénétration. Entrer par derrière stimulera le point G plus facilement qu'avec une position comme celle du missionnaire, et d'autres éjaculations surviendront pendant le rapport. Et même si ce n'est pas le cas, elle sera très excitée et sensible. Finalement, elle pourra profiter d'un plaisir sexuel intense.

Notes:

1) Regnier de Graal, "*Nouveau Traité Concernant les Organes Reproducteurs des Femmes*", p. 107

2) Alice Kahn Ladas, Beverly Whipple et John D. Perry, "*Le Point-G*" page 59. Dell Publishing 1982.

3) Ibid. page 22.

4) Ibid. page 22-23.

Si une femme sent que ses parties génitales ont une mauvaise odeur ou un mauvais goût, elle devrait demander à son partenaire ce qu'il en pense. Il peut apprécier cette odeur qu'elle trouve désagréable. Si les parties génitales d'une femme sentent vraiment mauvais, ce peut être un signe d'infection. J'ai lu que le partenaire d'une femme peut savoir, avant même qu'elle ne le sache, qu'elle développe une infection. Si une femme sait ou sent que ses parties génitales ont une odeur forte ou dégoûtante, elle devrait demander conseil à un médecin. L'odeur "de poisson" souvent prise en plaisanterie n'est pas forcément un signe de bonne santé.

Peut-être que la meilleure façon pour une femme de pouvoir accepter et apprendre l'odeur et le goût normaux de ses parties génitales est de sentir et goûter ses doigts pendant la masturbation. La flore génitale d'une femme changera avec son état menstruel, le degré d'excitation sexuelle, et dépendra de son régime alimentaire. Si une femme fait cela chaque jour, elle reconnaîtra mieux sa santé générale. Si une femme connaît son odeur et son goût normal, une rapide vérification lui indiquera si elle a besoin de se laver avant un rapport bucco-génital, ou de chercher un traitement médical.

Certains couples trouvent qu'un ornement ou un pubis rasé facilite le cunnilingus. Certaines femmes rapportent qu'elles trouvent le cunnilingus plus agréable et l'hygiène intime plus facile lorsqu'elles sont rasées de près. Certains couples préfèrent un pubis poilu. Le rasage et l'ornement du pubis est une affaire de choix personnel, pas une exigence pour pratiquer le cunnilingus.

Contrairement aux croyances populaires, et à l'attente de beaucoup de femmes, le cunnilingus n'est pas une aptitude naturelle avec laquelle chaque personne naît. Le cunnilingus est une technique à laquelle il faut d'abord s'initier. Si vous ne prenez pas le temps d'enseigner ou d'apprendre cette technique, vous n'apprécierez jamais pleinement tous ses bénéfices. Chaque femme est différente, alors peu importe l'aptitude que quelqu'un a à donner du plaisir à une femme, il aura à réapprendre à nouveau sa technique s'il change de partenaire. Les femmes ne peuvent pas être comparées car elles n'ont jamais les mêmes préférences et aversions. Il y a des raisons physiques et psychologiques à cela. Bien que tout le monde voudrait lire un "Guide du Comment-Faire" détaillé, on ne peut créer un tel livre qui serait exact pour toutes les femmes. Tout au plus, on peut donner des idées et des conseils de base. Trouver et lire des explications de femmes ayant déjà expérimenté cette pratique est peut-être la meilleure façon d'avoir de nouvelles idées, mais votre compagne est la seule personne qui puisse vous dire ce qu'elle aime.

La communication est très importante pour qu'un cunnilingus soit agréable. Une femme doit guider son ami de la même façon qu'elle guiderait une personne aveugle pour conduire une voiture dans une rue animée en ville, avec beaucoup de détails et des instructions précises. Tandis que les femmes se sentent souvent mal à l'aise pour donner des ordres relatifs au sexe, elles ont besoin d'être "instructrices d'entraînement" sexuel si elles espèrent avoir ce qu'elles veulent et ce dont elles ont besoin au lit. Les directives peuvent venir au moyen d'instructions verbales, de sons auditifs, d'une gestuelle des mains, et de mouvements du corps. Si quelque chose est bon, dites "Oui", si quelque chose ne l'est pas, dites lui quoi faire. Toujours être positif. Prenez la

tête de votre partenaire avec vos mains et guidez sa bouche là où vous voulez qu'elle aille. Si vous voulez qu'il ne change pas de position, enveloppez-le de vos jambes et maintenez son corps en place. Bien que les femmes aient peur de faire fuir leur partenaire en étant exigeantes au lit, elles peuvent aussi le perdre si elles sont totalement passives aux efforts de leur ami. La personne pratiquant le cunnilingus devrait regarder le visage de son partenaire et ses yeux en tant qu'instructions, lui demander si elle aime ce qu'elle fait. Les femmes devraient être sincères avec leur partenaire, et ne jamais simuler le plaisir ou l'orgasme.

Bien que le cunnilingus ou "l'amour oral" puisse s'étendre sur des périodes de temps prolongées, les deux partenaires ont besoin de trouver une position confortable pour être dans l'action. Pour certains couples, le sexe oral est la seule forme d'activité sexuelle dont ils s'occupent ensemble, c'est pourquoi, trouver une position confortable est très important. La meilleure est celle dans laquelle le bénéficiaire est en position dominante, c'est à dire, agenouillé ou couché sur leur partenaire. Cela leur donne plus de liberté de mouvement et de contrôle. De façon idéale, les deux partenaires sont pleinement relaxés durant le cunnilingus. Si l'un ou les deux partenaires se sentent mal à l'aise, cela devient plus une corvée qu'un plaisir. Vous ne voulez pas que la personne pratiquant le cunnilingus ait le cou douloureux ou rigide, en maintenant sa bouche sur la vulve et vous ne voulez pas que la femme soit fatiguée de tenir son corps durant de longs moments. Alors prenez du temps pour trouver une position confortable avant de réellement commencer. Votre santé, âge, poids, et souplesse détermineront quelle(s) position(s) sera (seront) la ou les meilleures pour vous. En utilisant une position fantaisiste, vous ne gagnerez rien si vous vous fatiguez ou si vos muscles se raidissent et s'endolorissent.

Positions à prendre en considération :

Il se peut que la femme veuille s'agenouiller sur le visage de son partenaire, rabaissant sa vulve sur sa bouche. Elle peut être tournée soit vers son partenaire, soit dos aux pieds de son partenaire. La position qui marche le mieux dépendra de l'angle de sa vulve et de l'angle de la bouche de son partenaire. Vous pouvez placer un coussin sous la tête de la personne pratiquant le cunnilingus, pour l'élever au niveau de la vulve de la femme. Vous pouvez aussi bien placer un gros coussin mou qu'un édredon ou une couette pliée sous le corps de la femme de sorte à ce qu'elle puisse y reposer tout son poids tout en gardant son pelvis relevé. Pour des séances prolongées, vous ne voulez pas que l'un de vous supporte une partie du poids de son propre corps.

La femme peut aussi se coucher sous son partenaire qui est allongée sur elle ou agenouillé sur elle, de la tête aux pieds.
Il se peut que la femme veuille s'allonger sur le lit avec les jambes rabaissées sur le rebord. Son partenaire s'agenouille alors sur le sol entre ses jambes. Des coussins peuvent être placés sous les genoux et/ou la poitrine de la personne agenouillée. Il se peut que la femme veuille placer un coussin sous ses hanches pour les élever à la hauteur de la bouche.

Certains couples aiment à s'allonger côte à côte, plaçant chacun leur tête sur les cuisses de l'autre.

D'autres couples peuvent avoir besoin de s'allonger sur le côté sur le sol, en angles droits, formant un "T", l'acteur

femme atteint plusieurs fois l'orgasme.

Disposez de temps suffisant. La première éjaculation peut survenir entre 10 minutes et plus d'une heure.

Il peut s'avérer sage d'entraîner vos mains, vos doigts, et vos bras plusieurs jours à l'avance. Les mouvements nécessaires peuvent devenir quelque peu fatigants au bout d'un moment, surtout si vous n'êtes pas en bonne condition physique.

Avant de débuter votre première expérience commune, discutez-en. Faites-lui savoir que l'éjaculation est parfaitement normale, et qu'il s'agit d'une magnifique expérience, pour vous deux. Dites-lui bien qu'il n'y a aucune gène ou aucune honte à avoir. Expliquez-lui qu'avant l'éjaculation, elle ressentira probablement comme une forte envie de pisser. Il s'agit là d'un moment difficile pour la femme, parce qu'elle risque de se contracter immédiatement. Précisez-lui qu'il est normalement impossible de pisser pendant un orgasme, et que la sensation est en fait le signe avant-coureur de l'éjaculation.

Et comme l'écoulement du liquide dans l'urètre ressemble exactement à une envie de pisser, ceci est important. Le réflexe de s'arrêter de pisser va immédiatement stopper l'éjaculation, c'est pourquoi il faut lui dire de se relaxer, et ainsi permettre au liquide de passer. En d'autres termes, lorsqu'elle sent comme une envie de pisser, et bien elle devrait pousser et pisser. Simplement, elle ne pissera pas, elle éjaculera, et en quelques secondes, elle s'apercevra bien qu'il s'agit de quelque chose de radicalement différent. Une fois qu'elle connaîtra cette sensation, elle sera capable de la faire continuer dès le départ avec d'étonnants résultats. Il est préférable qu'à ce moment là son/sa partenaire soit assis(e) entre ses jambes, car elle pourrait éjaculer plus loin que la serviette ou même mouiller le mur.

Une fois qu'elle a éjaculé, réjouissez-vous avec elle. Ne vous moquez pas d'elle et ne sortez pas de blague idiote. Cela pourrait être la dernière fois qu'elle éjacule, du moins en votre présence. A l'inverse de l'homme, tout ne s'arrête pas là chez la femme. Vous pouvez continuer à la caresser car elle peut avoir plusieurs orgasmes et éjaculations en étant stimulée.

Technique

Commencez doucement. Faites dans la simplicité. Il est préférable qu'elle soit sur le dos. Stimulez son clitoris, avec un doigt humide ou avec votre langue. Pendant le cunnilingus, n'hésitez pas à lui caresser les seins à l'aide de votre main libre. Continuez la stimulation clitoridienne jusqu'à ce qu'elle soit bien lubrifiée. Glissez alors deux doigts dans son vagin. Faites les bouger le long de la paroi vaginale de devant. Vous tomberez sur une zone de quelques cm, qui sera quelque peu élargie. C'est le point G. On le trouve le long de l'urètre, et il est situé presque derrière le clitoris. Caressez doucement cette zone. Elle devrait commencer à grandir.

L'éjaculation est presque toujours provoquée par la stimulation du point G. La stimulation clitoridienne peut généralement aider à parvenir à l'éjaculation, et même la rendre plus intense. Mais la stimulation du point G est généralement nécessaire, du moins au départ. Une fois qu'elle commence à éjaculer plus facilement, elle peut s'apercevoir que la stimulation clitoridienne suffit.

Il existe plusieurs façons de caresser. Les deux doigts peuvent frotter la zone toute entière, ou ils peuvent prendre un rythme opposé, comme s'ils marchaient. Une troisième méthode consiste à faire ren-

c'est lui aussi qui se contracte durant l'orgasme. Cette contraction aide à empêcher les éjaculations rétrogrades (les éjaculations revenant dans la vessie), et bien sûr à éviter à la vessie de se vider pendant l'orgasme.

Principaux problèmes des femmes qui éjaculent

Je pense qu'il y a deux problèmes majeurs auxquels les femmes doivent faire face, et qui les empêchent d'expérimenter ce plaisir immense qu'est l'éjaculation. Il s'agit de leur attitude mentale, ainsi que l'incapacité ou la mauvaise volonté qu'ont leurs partenaires masculins à prendre le temps et à fournir les efforts nécessaires pendant qu'ils font l'amour ainsi qu'à apprendre les techniques adéquates.
Nous allons tenter d'apporter une solution à ces deux problèmes.

Pourquoi les femmes éjaculent

L'éjaculation se fait par l'urètre. C'est ce même canal qui sert aussi à uriner. Il est situé hors du vagin, entre celui-ci et le clitoris. Le liquide est clair comme l'eau, et non-lubrifiant. L'éjaculation n'augmente pas les chances de fertilisation, elle n'offre pas de lubrification, et coule hors du vagin. La seule utilité possible de l'éjaculation féminine est le plaisir. Et le plaisir est intense, en de nombreux cas il surpasse les meilleurs orgasmes. Souvent, l'éjaculation survient durant un orgasme à la fois vaginal et clitoridien (oui, il y a deux types d'orgasmes, l'un clitoridien, l'autre vaginal, mais souvent l'orgasme est une combinaison des deux), qui apporte un plaisir extrême à la femme. Parfois après l'éjaculation, la femme peut virtuellement s'évanouir à cause de ces sensations intenses.

On peut affirmer que puisque la seule raison pour laquelle les femmes peuvent et doivent éjaculer est le plaisir, alors rien ne doit pouvoir les en empêcher, et aussi souvent qu'elles le désirent. C'est l'un des actes sexuels les plus sûrs, puisque dans la plupart des cas on peut le pratiquer uniquement avec les doigts. Ejaculer suite à une pénétration est relativement difficile, et plus particulièrement dans la position du missionnaire, mais cela reste possible.



Préparation

Ce qui suit est recommandé pour le/la partenaire de la femme, mais peut également concerner celle qui l'expérimente seule :

Lavez-vous convenablement les mains. Coupez vos ongles. Assurez-vous que les ongles du pouce, de l'index et du majeur ne dépassent pas le bout des doigts. Coupez-les le plus court possible. Assurez-vous qu'il n'y a pas de terre ou de crasse sous vos ongles.

Etendez une serviette sur le lit. Lorsqu'elle éjacule, une femme peut libérer une quantité surprenante de liquide. En comparaison avec un homme on pourrait parler de canon à eau et de pistolet à eau.

Ayez du gel à portée de main. Une lubrification complémentaire peut s'avérer utile à certains moments, même si une



reposant sa tête sur l'intérieur de la cuisse de la femme. Il se peut que celle-ci ait besoin de reposer sa jambe sur deux coussins. La personne pratiquant le cunnilingus peut se coucher soit face à la femme soit dans son dos.

Bien sûr il y a toujours la position traditionnelle dans laquelle la femme est couchée sur le dos, les jambes écartées, son partenaire reposant entre ses jambes. Les coussins peuvent être placés sous la tête de la femme pour l'élever afin qu'elle puisse observer son partenaire, ou sous ses hanches. La personne pratiquant le cunnilingus peut aussi faire reposer sa poitrine sur un coussin si besoin est.

Les techniques actuelles employées varient d'un couple à l'autre. La sensibilité de la vulve et du clitoris d'une femme déterminera quel type de stimulation elle aime et à laquelle elle sera le plus sensible. Certaines femmes aiment un contact lent et doux tandis que d'autres préfèrent un contact vigoureux et rapide. La structure de ses organes génitaux déterminera ce qui est possible. Une femme avec des lèvres internes bien développées peut aimer qu'on les suce, une femme avec des lèvres petites ou absentes ne pourra pas en faire l'expérience. Si une femme a un gros clitoris, son partenaire pourra le sucer comme un petit pénis. Si une femme a un clitoris petit ou caché, son partenaire pourra seulement en faire le tour. Si elle sait déjà ce qu'elle aime, écoutez ses instructions. Si elle n'a jamais connu le cunnilingus, ou du moins qu'une séance agréable, une expérimentation lente est à préférer en premier lieu. Même les couples qui s'accordent du temps l'un à l'autre peuvent parfois vouloir essayer de nouvelles méthodes. Quand vous expérimentez, essayez de bouger votre langue sur la vulve de toutes les manières imaginables. Il y a beaucoup de façons, et il n'y a qu'une manière de découvrir ce qui marchera le mieux pour elle ; l'essai et les erreurs. Cependant il y a un point important, à moins que vous ne soyez déterminé à la taquiner, gardez votre rythme et intensité une fois que vous avez commencé à la faire approcher de l'orgasme. Rien ne contrarie plus une femme durant le cunnilingus que d'avoir un partenaire qui casse son rythme ou s'égare hors du point précis, lorsqu'elle est à deux doigts de l'orgasme.

Si les deux partenaires sont pleinement détendus dans une position confortable, il se peut que vous ne puissiez pas écarter les lèvres externes pour atteindre l'endroit voulu en utilisant vos mains ; vous aurez donc besoin d'enfouir votre visage dans sa vulve, pour trouver son clitoris et ses petites lèvres avec vos lèvres et la langue. Si les jambes de la femme sont écartées, sa vulve s'ouvrira automatiquement.

Etant donné que votre langue peut se fatiguer, soyez sûr d'utiliser aussi bien les lèvres que la langue pour caresser et sucer en alternance. Si vous étendez entièrement votre langue, et que vous ne vous en servez que pour cela, votre langue sera bientôt fatiguée. Il est préférable de mettre votre bouche aussi près que possible de son clitoris et de ses lèvres. Donnez de petits coups avec votre langue sortant juste de votre bouche.

Une femme peut aimer l'introduction de votre langue dans son vagin et la

stimulation de ses parois vaginales. Il se peut que vous ne puissiez pas introduire votre langue très loin, mais habituellement, la partie la plus sensible est de toute façon l'entrée. Il y a beaucoup de femmes qui apprécient l'introduction d'un ou plusieurs doigts dans leur vagin ainsi que la stimulation des parois vaginales, et peut-être du Point-G, pendant que l'on suce le clitoris. Certaines femmes apprécieront l'introduction d'un ou plusieurs doigts lubrifiés dans leur anus et/ou que vous le lui massiez.

Vous pouvez aussi inclure l'utilisation d'un godemiché ou vibromasseur. Il est possible qu'une femme aime le sensation d'être emplie en même temps que d'être oralement stimulée. Un vibromasseur peut rendre l'orgasme possible durant le cunnilingus quand les autres manières ne fonctionnent pas. Bien que le vibromasseur seul peut amener à l'orgasme, la combinaison peut être plus plaisante et avoir pour résultat un orgasme plus intense.

Certains couples aiment pratiquer le "69" ou "Yin/Yang" lors des rapports bucco-génitaux. Ces termes en disent suffisamment sur la pratique, moyen par lequel les deux partenaires se stimulent l'un l'autre en même temps. Certains couples trouvent cela très agréable, nourrissant le réveil sexuel tout en procurant l'orgasme chez l'autre. D'autres trouvent qu'ils ne peuvent pas se concentrer sur ce qu'ils font à leur partenaire, et ainsi entraînés par leur propre plaisir, ils oublient de stimuler leur partenaire. D'autres encore sont si impliqués dans ce qu'ils font qu'ils ne peuvent avoir d'orgasme. Alors une fois de plus, il faut y aller à tâtons pour savoir quelles positions conviennent à vous et votre partenaire.

L'Ejaculation Féminine

Ce texte provient du net et fut écrit en 1990 par une femme nommée "*mew*" qui le mit sur *alt.sex*. Si vous cherchez plus d'informations il existe d'autres sites intéressants sur le sujet comme *The Clitoris.com* (cliquez sur le lien "*Female orgasm*"), *Come to Female Ejaculation*, et *Doc Hunny's The G Spot*.

Histoire

Si vous vous référez à la littérature de ces 50 dernières années, vous en conclurez que les femmes ont commencé à éjaculer dans les années 80. Ceci est bien évidemment absurde, et montre bien que "les experts" peuvent avoir tort pendant des décennies sur a peu près tout et n'importe quoi. Beaucoup de gens savaient que les experts avaient tort, mais il leur fut difficile de parvenir à en convaincre quiconque. Il est inutile de préciser que ceci mena à de nombreux problèmes, à des opérations chirurgicales inutiles (pour normaliser la pauvre femme qui éjaculait), à des consultations aux tarifs exorbitants (afin de déterminer ce qui avait pu causer ce "problème" dans leur enfance), et dans certains cas au divorce. "*Le Point G*" d'Alice Kahn Ladas, Beverly Whipple, et John D. Perry, contient des douzaines de lettres de femmes qui connurent des tragédies au niveau personnel tout simplement parce qu'elles éjaculaient en faisant l'amour. Des médecins, des

gynécologues, et des psychiatres leurs répondaient invariablement qu'elles pissaient et que ce dont elles avaient besoin était soit la chirurgie, soit une psychothérapie.

En Mai 1981, Newsweek publia un article intitulé "*Comment les Sexes Diffèrent*". L'une des principales différences listées étaient que l'homme éjaculait, et pas la femme. Cependant, Aristote écrivit sur l'éjaculation féminine, et Galen en eut connaissance vers le deuxième siècle. La prostate féminine, qui génère le liquide éjaculé, fut décrit en détails par De Graaf dans son "*Nouveau Traité Concernant les Organes Reproducteurs des Femmes*". (1) "*.... pendant l'acte sexuel il décharge pour lubrifier si copieusement qu'il coule même en dehors des parties génitales. C'est la matière que l'on a dû prendre pour la semence féminine.*" Il décrit le liquide qui "*jaillit*" avec "*fougue*" et "*en un jet puissant*". (2)

La communauté médicale s'éveilla finalement en 1980 lorsque Perry et Whipple montrèrent à la SSSS (*Society for the Scientific Study of Sex*) un film où l'on voit une femme en train d'éjaculer. Martin Weisberg, M.D., gynécologue au Thomas Jefferson University Hospital de Philadelphie répondit "*Merde... j'ai passé la moitié de mon temps de veille à examiner, découper, assembler, enlever, ou réarranger les organes reproducteurs de femmes. Il n'y a pas de prostate féminine, et les femmes n'éjaculent pas.*" (3)

Pourtant, après avoir vu le film et avoir ainsi pu témoigner de l'événement, il changea de ton : "*La vulve et le vagin étaient normaux, sans protubérances ni boutons anormaux. L'urètre était normale. Tout était normal. Puis son partenaire l'a stimulé en lui insérant deux doigts dans le vagin et en la caressant le long de l'urètre. A notre grand étonnement, cette zone commença à grossir. Elle s'affermit ensuite sur une surface ovale de 2 cm, visiblement distincte du reste du vagin. Pendant quelques instants la femme fit des mouvement de hanches (poussant comme si elle allait déféquer) et quelques secondes plus tard plusieurs centilitres de liquide laiteux sortirent de l'urètre. L'analyse de cette matière décrite dans l'article* (celui de Perry & Whipple) *est correcte, sa composition est effectivement proche du liquide de la prostate.*" (4)



Propriétés du liquide

Le liquide éjaculé est semblable à celui de la prostate. Il est généralement clair, ou laiteux et aussi fluide que l'eau. Il n'a ni l'apparence, ni l'odeur, ni le goût de l'urine. Il est presque sans odeur. Le goût varie, dépendant de la période du mois et du régime alimentaire, et probablement d'autres facteurs, tels que la quantité de stimuli reçus avant l'éjaculation ou depuis le moment de la dernière éjaculation. Il peut aller d'une douceur mielleuse, jusqu'à l'acidité ou l'amertume, ou même combiner les trois.

Même s'il est éjaculé depuis l'urètre, ce n'est finalement pas de l'urine. Il est absolument impossible de pisser durant un orgasme à moins d'avoir un muscle pubococcygéen très faible. Ceci est très important, et il est essentiel pour la femme et ses partenaires de le savoir. Ce muscle se contracte lorsque l'on s'arrête d'uriner, et